



SIDE · Drehbahn 49, D-20354 Hamburg
Fon +49 40 30 99 90 Fax +49 40 30 99 93 99 · info@side-hamburg.de
www.side-hamburg.de · A Hotel of the Seaside Group
Member of  design hotels

Power Plate inSIDE

Power Plate inSIDE

Power Plate ist ein Ganzkörpertrainingsgerät, bestehend aus einer multidimensional vibrierenden Platte, das in den Bereichen Fitness, Beauty, Wellness und Anti-Aging eingesetzt wird. Mit diesem innovativen Fitnessgerät ist es möglich, den ganzen Körper zeitsparend und effektiv zu trainieren. Regelmäßige Anwendungen auf der Power Plate reduzieren Fettpölsterchen ganz gezielt, dienen dem Muskelaufbau, wirken entschlackend und kurbeln die Fettverbrennung an. Aufgrund der vielfältigen Wirkungsweisen eignet sich Power Plate für jede Alters- und Leistungsgruppe – vom Untrainierten bis zum Leistungssportler.

Für regelmäßiges Training, inklusive persönlicher Betreuung, werden 12er und 24er Karten angeboten sowie monatliche Mitgliedschaften ab 235 €. Zur Terminvereinbarung und für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne telefonisch unter 040/ 30 99 90 oder unter info@side-hamburg.de zur Verfügung.

Einmaliges Probetraining inklusive Trainingsberatung

pro Person 45 Minuten ab 40 €