

DAS IST MEINE Geschichte

„In meinen Augen ist Sport
das Wichtigste.“

Wie bist du zu Impuls gekommen? Was ist deine Geschichte?

Ich bin 2013 mit meiner Frau zusammen ins Sportstudio Impuls gekommen. Wir haben damals nach einer Möglichkeit gesucht, auch im Winter Sport zu machen. Wir spielen im Sommer beide viel Tennis und suchten dementsprechend ein Ausgleichstraining. Für uns lag der Fokus bei der Suche auf gesundheitsorientiertem Training. Nachdem wir uns mehrere Studios angeschaut haben, hat uns vor allem die Atmosphäre und das Probetraining überzeugt.



Martin
Sakowski

Was ist dein persönliches Highlight im Impuls?

Mein Highlight im Sportstudio Impuls sind die Les-Mills-Kurse.

Vor allem der Kurs „Bodypump“ erfüllt mich immer wieder. Die Gemeinschaft und der Spaßfaktor sind in dem Kurs einfach unglaublich. Alle kämpfen jedes Mal aufs Neue bis zum Ende.

Außerdem finde ich es super, dass man im Studio immer nette Gespräche hat. Egal, ob Trainer oder Mitglieder, alle sind immer offen für alles.

Meiner Meinung nach ist man im Impuls sowohl auf fachlicher, als auch auf persönlicher Ebene bestens aufgehoben.

Was ist deine Botschaft an alle anderen?

„Alles was du heute für deinen Körper tust, dankt er dir morgen!“

In meinen Augen ist Sport das Wichtigste, um auch im Alter stark und fit zu bleiben.

Training baut Stress ab und gleicht allgemein den Alltag aus.