

DAS IST MEINE Geschichte

„Es ist nie zu spät mit dem Sport anzufangen!“

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

Ich trainiere mittlerweile seit März dieses Jahres im Sportstudio Impuls. Anfangs habe ich ein präventives Training zur Rückenkräftigung gesucht und bin durch meine Krankenkasse aufs Impuls gekommen. Ich konnte während des Präventionskurses zusätzlich auch das normale Kursprogramm kostenfrei nutzen. Nach den zwei Monaten haben mich die Lesmills-Kurse so überzeugt, dass ich weiterhin dort geblieben bin.



Johanna
G.

Was ist dein persönliches Highlight im Impuls?

Ich persönlich habe mehrere Highlights im Sportstudio Impuls. Zum einen finde ich die Trainer zusammen mit den Kursen großartig. Ich werde immer super motiviert, selbst wenn ich fix und fertig bin lasse ich mich noch mitreißen und kann an meine persönliche Grenze gehen.

Des Weiteren finde ich die Mitglieder alle super nett und freundlich.

Es besteht insgesamt eine tolle Atmosphäre und ich fühle mich immer super nachdem ich mein Training absolviert habe.

Was ist deine Botschaft an alle anderen?

„Es ist nie zu spät mit dem Sport anzufangen!“

Ich finde, dass Gesundheit das wichtigste ist, um eine hohe Lebensqualität zu haben. Durch Sport wird die Gesundheit gefördert und aus dem Grund sollte sich jeder körperlich betätigen und Sport treiben.