



**i2 fitness**®  
*ICH BIN DABEI...*

Online-  
Anmeldung  
möglich!

i2  
FIT  
NESS

WILKOMMEN



Training  
schon ab  
**12,90 €**

## ÜBER UNS

Wir stehen seit 1998 in Erkelenz und seit 2015 auch in Wassenberg für Qualität und individuelle Trainingsbetreuung in geselliger Atmosphäre und gemütlichem Ambiente. Beide Studios bieten einen hohen Trainings- und Servicestandard und sind perfekt für jeden, der in modernem und familiärem Ambiente trainieren möchte. Neben den zahlreichen Kursen, kann man bei uns nach dem Training in unserem Saunabereich und auf den hochmodernen Solarien entspannen. Zudem bieten unsere Studios moderne Lüftungs- bzw. Klimaanlage für ein angenehmes Training zu jeder Jahreszeit.

Egal ob jung oder alt, trainiert oder untrainiert, bei uns ist jeder herzlich willkommen und wir freuen uns darauf, gemeinsam eure Ziele zu erreichen. Bei uns kannst du deinen Körper straffen, Gewicht reduzieren, Muskulatur und Kraft aufbauen und durch Reha-Angebote deine Beschwerden lindern, um wieder fit durch den Alltag zu gehen.



## STUDIO ERKELENZ

Das Studio in Erkelenz lässt auf knapp 2000 qm keine Wünsche offen. Es besticht durch ein vielseitiges Angebot mit einer Vielzahl an Geräten, Biocircuit, Kursen, Sauna, Solarien und einer gemütlichen Atmosphäre.

So wird für jedes Trainingsziel das passende geboten. Nach dem Training kannst du im einladenden Lounge-Bereich bei Heiß- oder Kaltgetränken entspannen. Für frische Luft während es Trainings sorgt eine moderne Lüftungs- bzw. Klimatechnik.

# STUDIO WASSENBERG

Das Studio in Wassenberg ist eine hochmoderne Fitnessanlage welche im August 2015 eröffnet wurde. Die Ausstattung lässt jedes Sportlerherz höher schlagen und das Ambiente setzt neue Maßstäbe. Zudem ist das Studio voll klimatisiert.

Zahlreiche Kraftgeräte vom Marktführer gym80, ein großes Cardio-Angebot sowie der Freihantelbereich laden zum effektiven Fitnessstraining ein.





Unser gemütlicher Loungebereich, lädt rund ums Training zum Verweilen ein. Neben dem familiären Ambiente, bieten wir ein vielseitiges Angebot.

Vor dem Training einen leckeren Latte Macchiato genießen oder nach dem anstrengenden Workout sich den verdienten Proteinshake aus dem Automaten gönnen.

# GETRÄNKEFLATRATE

Um dein Trainingserlebnis abzurunden, bieten wir in der Getränkeflatrate einen unbegrenzten Zugang an Warm- und Kaltgetränken an.

Diese beinhaltet eine große Auswahl an kalten Mineralgetränken in verschiedenen Geschmackssorten mit oder ohne Kohlensäure. Auch köstliche Tee- und Kaffeespezialitäten wie Latte Macchiato, Milchkaffee, Cappuccino, Espresso, heiße Schokolade und Kaffee sind in der Getränkeflatrate enthalten.





**BRANDNEUE GERÄTE**

## **CARDIO**

Mit zahlreichen Crosstrainern, Laufbändern, Stairmastern, Liege- und Sitzfahrrädern sowie Ruderergometern stehen euch alle Möglichkeiten für ein abwechslungsreiches Ausdauer-Workout offen.





ESS

CARDIO

pflicht!

# GERÄTETRAINING





## GERÄTE

Die Trainingsgeräte gewährleisten ein professionelles Training für Einsteiger bis Fortgeschrittene. Hochwertige Maschinen vom Marktführer gym80 bieten zahlreiche Möglichkeiten jegliche Muskulatur zu beanspruchen sowie alle gewünschten Trainingsziele zu erreichen.

Auch ein besonders gesundheitsorientiertes und Gelenkschonendes Training ist bei uns möglich: Trainiere an unseren gym80 medical- bzw. Dr. Wolf-Geräten, welche eigens für den Reha- und Präventionssport entwickelt wurden.

Stärke deine Rumpf- und Stützmuskulatur, um körperliche Beschwerden zu reduzieren bzw. vorzubeugen und deinen Körper zu stabilisieren.



# KURSE

In unserem Erkelenzer Studio findest du ein vielseitiges Kursprogramm mit zahlreichen Kursen für alle Altersklassen und Leistungsniveaus. Lass dich von unseren Kurstrainern mitreißen und erlebe ein unbeschreibliches Trainingsgefühl mit einzigartiger Gruppendynamik.

Egal, ob du an unseren Kräftigungs- oder Cardiokursen teilnimmst, dich auf dem Trampolin auspowerst, bei unseren Wellness- und Gesundheitskursen entspannst oder dich beim Zumba® zu den Rhythmen der lateinamerikanischen Musik bewegen möchtest, bei uns ist für wirklich jeden etwas dabei.

## CYCLING

Auch Cycling-Fans kommen bei uns nicht zu kurz und haben die Möglichkeit in unserem separaten Indoor-Cycling-Raum an ihre Grenzen zu gehen.





## FREIHANTEL

In beiden Studios bieten wir euch einen modernen und großzügigen Freihantelbereich an, welcher auch bei fortgeschrittenen Kraftsportlern keine Wünsche offen lässt.

#i2fit





## **KRAFT**

Zahlreiche Trainingsmöglichkeiten für den ganzen Körper mit der Plate-loaded Serie des renommierten Herstellers Hammer Strength. Zusätzlich ein Power Rack für ein variables Training in motivierendem Ambiente.



# KRAFT





## BIOCIRCUIT

Der zehn Stationen Biocircuit Kraftzirkel bietet durch vollelektronische Technik ein effektives Ganzkörper-Training in nur 22 Minuten. Der digitale Personal-Trainer stellt das Gerät ein, speichert das Trainingsgewicht und dokumentiert die Trainingsfortschritte vollkommen automatisch.



**GANZ NEU BEI UNS  
EINZIGARTIG IN DER REGION**

**BIODIRCT**

# WELLNESS & ENTSPANNUNG

Relaxe nach dem Training mit einem wohltuenden Saunagang und entspanne anschließend in unserem gemütlichen Ruhebereich. Die aromatischen Aufgüsse, die bequemen Wellnessliegen und die ruhige Atmosphäre lassen dich vom Alltag abschalten und laden dazu ein die Seele baumeln zu lassen.

Gönne dir ein wohltuendes Sonnenbad auf unseren hochmodernen Premium Solarien von „megasun“. Sonne dich gesundheitsbewusst und mit einzigartigen Collagenboostern, die deine Haut seidenglatt wirken lassen und ihr Feuchtigkeit und Elastizität verleihen.





Wellness

## Gesundheit & Rehasport

Beide Studios verfügen über gesonderte Bereiche mit speziellen Medical-Geräten, um gezielt auf bestehende Einschränkungen einzugehen, diese zu reduzieren und den Körper zu stabilisieren.

In Erkelenz werden mehrmals wöchentlich Reha-Kurse angeboten, die effektiv helfen die Gesundheit und Mobilität zu stärken.



A woman with blonde hair in a ponytail is seen from behind, working out on a machine in a gym. She is wearing a light-colored sports bra. The background is a vibrant green wall with a pattern of tall grasses. The word "Reha" is written in a large, white, sans-serif font across the middle of the image. In the foreground, a person's arm is visible, wearing a black wristband with "12 fitness" written on it and a tattoo that says "Love".

Reha

12 fitness

Love



**U18**





## SCHÜLER SPECIAL & FAMILY FITNESS

Ab 12 Jahren können Jugendliche gemeinsam mit ihren Eltern bei uns Mitglied werden und zusammen trainieren. Wir erstellen einen individuellen Trainingsplan und führen die Jugendlichen hiermit an ein geeignetes und altersgerechtes Fitnessstraining heran.

So wird das Fitness-Training zum Erlebnis für die ganze Familie. Ab 16 Jahren können die Jugendlichen selbstständig bei uns trainieren.

Buchbar für Kinder und Jugendliche in einem Alter zwischen 12 und 17 Jahren.

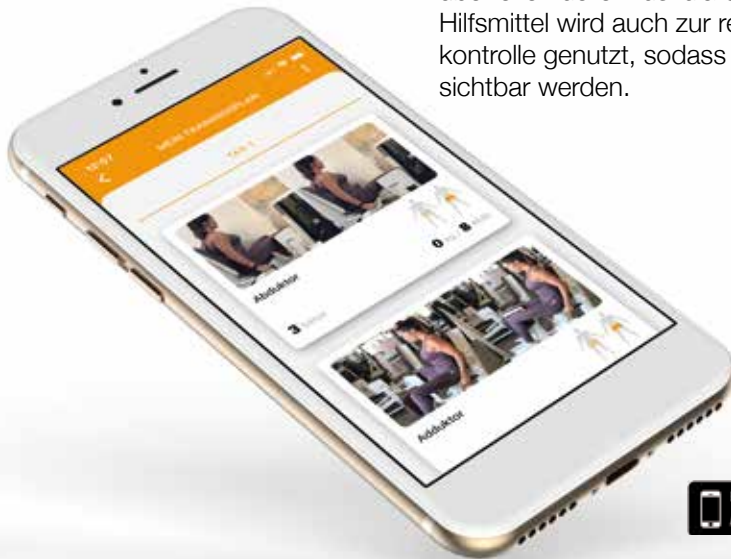


BETREUUNG

# Körperanalyse & Trainingsbetreuung

Für ein effektives Training bieten wir eine von qualifizierten Fitnesstrainern durchgeführte Trainingsbetreuung. Für jedes Trainingslevel erstellen unsere Trainer nach einer ausführlichen Anamnese einen individuellen, zielgerichteten Trainingsplan. Alle 8 – 12 Wochen finden auf Wunsch regelmäßige Check-Ups und Anpassungen statt.

Um den Trainingsstand zu ermitteln, nutzen wir spezielle Körperanalyse-Waagen. Diese messen das Körpergewicht, die Muskel- und Knochenmasse, den Körperfettanteil und geben Auskunft über eventuelle muskuläre Dysbalancen. Dieses Hilfsmittel wird auch zur regelmäßigen Erfolgskontrolle genutzt, sodass die Trainingsfortschritte sichtbar werden.





Auf 1600 m<sup>2</sup> besteht die Möglichkeit 24 Stunden täglich zu trainieren und das 365 Tage im Jahr. Das Studio ist vollklimatisiert, eine moderne Lüftungsanlage sorgt für frische Luft. Neben modernsten Geräten und einem stylischen Ambiente ist unser Studio mit weiteren Raffinessen ausgestattet. Mit einem Transponderarmband könnt ihr ein/auschecken, die Spinde keyless nutzen oder euren „individuellen“ Shake am Automaten zubereiten zu lassen.

**Das Training im i2PRO ist für i2-Mitglieder optional buchbar.**



- 365 Tage im Jahr
- 1600 m<sup>2</sup> Fitness
- 7 Fitnessbereiche
- 184 Fitnessgeräte
- 400 m<sup>2</sup> Freihantelbereich
- 160 m<sup>2</sup> Functional Training Area



## EINE MITGLIEDSCHAFT BEINHALTET:

- Training in zwei Studios (Erkelenz und Wassenberg)
- Training an allen Fitness-, Functional- und Cardiogeräten
- Vollklimatisierte Studios
- Regelmäßige Trainingsplanerstellung
- Bis zu 6 Monate Ruhezeit pro Vertragsjahr
- Nutzung der zahlreichen Parkplätze direkt an den Studios
- Nutzung des Highspeed-Wifi
- Nutzung aller Funktionen der i2-fitness App

## MITGLIEDSCHAFTEN

Es gibt zahlreiche Möglichkeiten von einer monatlich kündbaren Option bis hin zu einem Konzept für den langfristigen Erfolg.

Gerne beraten wir Sie und finden gemeinsam Ihr individuell passendes Angebot.



## ZUBUCHBARE OPTIONEN

- Getränke
- Kurse
- Sauna
- Solarien
- Biocircuit
- i2PRO (Training in alle Studios)

Das Kursangebot sowie die Nutzung der Sauna und Solarien, sowie der Biocircuit können ausschließlich in unserem Erkelenzer Studio wahrgenommen werden.



### Erkelenz

Aachener Straße 113  
41812 Erkelenz  
02431-971222  
info@i2-fitness.de  
i2-fitness.de

### Wassenberg

Brabanter Straße 48  
41849 Wassenberg  
02432-8906417  
info@i2-wassenberg.de  
i2-fitness.de

### Trainingszeiten

Mo. – Fr. 7.00 - 22.00 Uhr  
Samstag 8.00 - 20.00 Uhr  
Sonntag 8.00 - 17.00 Uhr  
Feiertage 8.00 - 15.00 Uhr



### Erkelenz

Aachener Straße 123  
41812 Erkelenz  
02431-9724656  
info@i2-pro.de  
i2-pro.de

