



## ss mit technologischem Vorsprung: Urban Fitness Vienna eröffnet in der Innenstadt â€“ BILD

ID: LCG19363 | 10.10.2019 | Kunde: Urban Fitness | Ressort: Sport  
Ã–sterreich | Medieninformation

**Die Fitness-Experten Jessica und Roman Daucher und die erste-bank-vienna-night-run-Veranstalter Christine und Hannes Menitz eröffnen neuen Fitness-Hot-Spot mit innovativen milon-Geräten.**

Bilder zur Meldung in der [Mediendatenbank](#) : ©Manfred Sebek

Wien (LCG) – Zeiteffizienz zählt auch beim Training. Für die gestresste Business-Community bieten die Fitness-Experten **Jessica und Roman Daucher** sowie die Sportveranstalter **Christine und Hannes Menitz** (unter anderem erste bank vienna night run und die x cross run Serie) im neuen Urban Fitness Vienna auf der Wiener Rotenturmstraße die optimale Lösung. Auf rund 500 Quadratmetern erwartet die neueste Generation von milon-Kraft- und Ausdauer-Geräten die Mitglieder. Das smarte Trainingskonzept bietet eine der derzeit fortschrittlichsten Lösungen, um sich in kürzester Zeit fit zu halten beziehungsweise fit zu werden. Das innovative Zirkeltraining, das für alle Ansprüche und Leistungsniveaus geeignet ist, dauert pro Durchgang exakt 17,5 Minuten.

### Individuelles Training im smarten Boutique-Studio

Vor Trainingsstart wird das Leistungsniveau und die Zielsetzung mit Hilfe des sogenannten milonizers ermittelt, um einen individuellen Trainingsplan zu erstellen.

Das milon Kraft-Ausdauer-Zirkeltraining läuft in einem zeitlich fest getakteten Kreislauf ab. Die verschiedenen Muskelgruppen werden so nacheinander trainiert, während sich die Geräte aufgrund der gespeicherten Daten der Nutzer auf ihre individuellen Bedürfnisse einstellen. Die milon-Geräte stellen

sich vollautomatisch auf den Trainierenden und seine individuellen Bedürfnisse ein. So wird das Training einfach, sicher und effektiv.

Die Geräte arbeiten nicht mit Gewichten, sondern mit elektronischen Widerständen. Der Vorteil: Die Belastung lässt sich während der Bewegungsausführung verändern.

Kurze Intervalle mit hohen Belastungswerten, die sich aber dank der feinen Regelung der pulsgesteuerten milon-Geräte stets im gesunden und optimalen Trainingsbereich bewegen.

Perfekt für die hyperdigitale Business-Community: Die persönlichen Trainingsergebnisse können jederzeit auf einer eigenen Smartphone-App eingesehen werden.

Abgerundet wird das Training durch den five-Geräteparcours, durch den der gesamte Körper entgegen seiner Gewohnheiten gestreckt und trainiert wird. Dieses Konzept bildet die dritte Säule zu Ausdauer und Kraft und spricht neben den Muskeln auch die Faszien an.

„Das milon-Training vereint technologischen Fortschritt mit absoluter Effizienz. Es ist perfekt auf die Bedürfnisse gestresster Menschen abgestimmt, die ihrem Körper Gutes tun und einen bewussten Lebensstil führen wollen“, erklärt Daucher.

„Wir bieten mit Urban Fitness Vienna ein modernes Boutique-Studio mit persönlicher Betreuung und allen Vorteilen, die Digitalisierung im Sport bringt. Die selbstlernenden milon-Geräte sind der perfekte Begleiter, um die persönlichen Trainingsziele auf den Punkt zu erreichen. Das effiziente Training definiert eine ausgewogene Work-Life-Balance neu“, sind Christine und Hannes Menitz überzeugt.

Ein weiteres wichtiges Asset des modernen Clubs stellt das motivierende Grouptraining dar. Insbesondere intensive 30-

minütige URBAN SPECIALS wie Urban Boxing, Urban Dance und Urban Bodywork helfen beim Stressabbau. Nicht nur der Körper sondern auch der Geist werden durch inspirierende Yoga-und intensive Pilates-Einheiten gestärkt. Täglich steht ein gut abgestimmtes Programm am Plan.

## Service wird bei Urban Fitness Vienna großgeschrieben

In der eleganten Lounge-Atmosphäre beeindrucken nicht nur die futuristischen Trainingsgeräte. Auch beim Service setzen die Betreiber auf Top Qualität: Jedes Training wird von Flächentrainern begleitet, die auf die richtige Trainingsausführung achten. Das vegetarische Restaurant „Hollerei“ beliefert Urban Fitness Vienna mit täglich frischen, leichten und gesunden Snacks, damit der Hunger nach dem Training gestillt werden kann. Es gibt ausschließlich biologische Säfte von Biosäfte Schäfer, die eigens für Urban Fitness Vienna abgefüllt werden.

## Streng limitiertes Angebot ohne lästige Bindung

Bei der Mitgliederzahl gibt man sich bewusst reduziert: Maximal 700 Menschen können zu Beginn eine Mitgliedschaft erwerben, um zu allen Zeiten ausreichend Trainingsmöglichkeiten ohne Wartezeiten zu bieten.

Weitere Informationen auf [https:// www.urban-fitness-vienna.at](https://www.urban-fitness-vienna.at).

|                             |                                                                                              |                                                                                                 |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Urban Fitness Vienna</b> | Preis:                                                                                       | ab 79 Euro (Gruppentarif)                                                                       |
| Zeiten:                     | Montag bis Freitag: 7.00 bis 21.00 Uhr, Samstag: 9.00 bis 13.00 Uhr                          |                                                                                                 |
| Adresse:                    | 1010 Wien, Rotenturmstraße 16-18                                                             |                                                                                                 |
| Lageplan:                   | <a href="https://goo.gl/maps/DMmhpvR6gxGLj3S7A">https:// goo.gl/ maps/ DMmhpvR6gxGLj3S7A</a> | Website: <a href="https://www.urban-fitness-vienna.at">https:// www.urban-fitness-vienna.at</a> |

### + + + BILDMATERIAL + + +

Das Bildmaterial steht zur honorarfreien Veröffentlichung im

Rahmen der redaktionellen Berichterstattung zur Verfügung.  
Weiteres Bild-und Informationsmaterial im Pressebereich auf  
[https:// www.leisure.at](https://www.leisure.at). (Schluss)