



NEU IN DER VILLA SILVANA: STUDIO KÖRPERSTRÖMUNG



Text: Stefan Mothes
Fotos: PR, Thomas Schlorke

Personal und EMS-Training im schicken Ambiente am Weißen Hirsch

W er öfters auf der Bautzner Landstraße Richtung Bühlau unterwegs ist, kennt sicherlich die „Villa Silvana“, die sich rund 500 Meter nach dem Parkhotel auf der rechten Seite befindet. Seit Ende letzten Jahres ist wieder Leben ins Erdgeschoss dieser stilvollen Immobilie eingekehrt. Die beiden erfahrenen Dresdner Personal Trainer Jörn Bock und Marcel Wagner betreiben dort seit Dezember die „Körperströmung“, ein Personal Training Studio, das sich exklusiv auf EMS-Training (Elektrische Muskelstimulation)* spezialisiert hat.

Jörn Bock und Marcel Wagner sind beide seit 2006 Personal Trainer. 2008 schlossen sie sich mit Philipp Schmidt zum Personal Trainer Team „Peak Elements“ zusammen. Unter diesem Firmennamen haben sie sich mittlerweile einen guten Kundenstamm und einen hervorragenden Ruf aufgebaut. Über die Jahre haben sich alle drei Trainer konsequent weiterentwickelt und ihren sportlichen Hintergrund ständig erweitert. Dabei stolperten sie auch über das neue EMS-

Training, das in letzter Zeit einen wahren Boom in Deutschland erlebt hat. Als sie die neuesten Maschinen von „Miha Bodytec“ dann auf der Fitnessmesse FIBO auch testen konnten, fingen Jörn Bock und Marcel Wagner endgültig Feuer. Gemeinsam entschlossen sie sich, ein eigenes Traumstudio für diese innovative Trainingsform zu eröffnen. Nach langem Suchen fanden sie im Oktober das passende Objekt und es wurde umgehend mit dem Umbau und der Sanierung der Räumlichkeiten begonnen (siehe Bildergalerie). Schon die Eröffnungsfeier war ein großer Erfolg und begeisterte viele Klienten, Sportler und Neukunden. Ergänzt wurde das Team um Bock und Wagner schnell, denn mit den DSC-Spielerinnen Jana Gerisch und Stephanie Kestner gesellten sich zwei weitere überzeugte Expertinnen dazu. Gemeinsam konnten sie sowohl Interessierte als auch hartnäckige Zweifler überzeugen. Wer an einem hocheffizienten, knackigen Training interessiert ist und seinen Körper umfassend kräftigen will, der ist zu einem kostenlosen Probetraining

herzlich eingeladen.

Körperströmung

Bautzner Landstraße 36, 01324 Dresden
Tel.: 0351 - 32333266
www.koerperstroemung.de

Öffnungszeiten:

Mo bis Fr 10:00 - 20:00 Uhr
Sa 10:00 - 14:00 Uhr

* Das ist EMS-Training:

Das Prinzip der elektrischen Muskelstimulation kommt ursprünglich aus der Medizin und wurde Stück für Stück auch erfolgreich im Leistungssport eingesetzt. Beim EMS-Training werden die Muskeln durch feine elektrische Impulse zur Kontraktion gebracht, was diese zu Kräftigung und Wachstum anregt. Ein Vorteil dieser Trainingsmethodik ist, dass man mit sehr wenig Zeitaufwand trainieren kann. Bänder und Gelenke werden entlastet und es werden Muskelfasern angesprochen, die man mit herkömmlichem Gewichtstraining nur schwer erreichen kann.

▼ Anzeige ▼



20x BOWLING
AMERICAN RESTAURANT
BILLARD ★ DART ★ COCKTAILS

Pinapple
AMERICAN RESTAURANT

Peschelstraße 33 · im Elbepark Dresden
Telefon: (03 51) 79 57 49 60
www.play-dresden.de

5€ BOWLING-GUTSCHEIN
· gültig bei Normalpreis · nicht kombinierbar mit anderen Aktionsvorteilen · pro Buchung nur 1 Gutschein einlösbar · gültig bis 30.09.2011
www.play-dresden.de

5€ BILLARD-GUTSCHEIN
· gültig bis 30.09.2011
· pro Buchung nur 1 Gutschein einlösbar

