



**Presseinformation:**

**Neues Special: „Ready for Summer“ mit dem MeridianSpa Skyline Plaza**

**Frankfurt, 28. April 2017. Draußen wird es langsam wärmer, die Kleider luftiger, Freibad- und Badeseebesuche stehen auf dem Freizeitprogramm – die wohl schönste Zeit des Jahres steht bevor. Doch der Sommer bedeutet für viele nicht nur Vorfreude und Entspannung, denn gerade in der Sommerzeit wird der Wunsch nach Zufriedenheit mit dem eigenen Körper besonders groß. Mit einem neuen Special sorgt das MeridianSpa Skyline Plaza, Premium-Anbieter für Fitness, Wellness und Bodycare in Frankfurt, für Abhilfe und macht alle Interessierte vom 3. Mai bis zum 24. Mai 2017 mit besonderen Kursen „Ready for Summer“.**

Ob Muskelaufbau, ein definierter Körper, verbesserte Ausdauer oder das Erreichen des Wunschgewichts: Das „Ready for Summer“-Programm im MeridianSpa SkylinePlaza bietet für jeden Interessierten zugeschnittene Kurse aus den Bereichen Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Ernährung an. Vom knallharten „Sixpack Workout“, einem Functional Training mit Fokus auf die Bauch- und Rumpfmuskulatur unter Leitung des Fitness-Profis und Calisthenics-Meisterschaftsteilnehmers Roman Keyfman, über das Special „Selbstverteidigung meets Cardio“ bis hin zum „fle-xx meets BLACKROLL®“-Kurs – die abwechslungsreichen Specials werden von erfahrenen Experten geleitet und unterstützen Interessierte dabei, ihre persönlichen Ziele zu erreichen. Abgerundet wird das Fitnessprogramm von dem rund einstündigen Vortrag „Mit gesunder Ernährung zur Strandfigur“.

Die Teilnahme kann an einem oder mehreren Kursen zu den folgenden Terminen erfolgen:

**Kraft**

„Sixpack Workout“

- 3. Mai, 10. Mai, 17. Mai, 24. Mai 2017 jeweils von 20:30 Uhr bis 21:15 Uhr

**Beweglichkeit**

„fle-xx meets BLACKROLL®“

- 5. Mai, 19. Mai 2017 jeweils von 11:30 Uhr bis 12:15 Uhr

**Ausdauer**



„Selbstverteidigung meets Cardio“

- 7. Mai, 21. Mai 2017 jeweils von 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr

### **Ernährung**

„Vortrag: Mit gesunder Ernährung zur Strandfigur“

- 13. Mai 2017 jeweils von 15:15 Uhr bis 16:15 Uhr

Für die Kurse bedarf es einer rechtzeitigen Anmeldung direkt im MeridianSpa Skyline Plaza, telefonisch unter 069/74 30 765-0 oder bequem über die MeridianSpa-App. Die Teilnahme ist für Mitglieder kostenfrei. Nicht-Mitglieder zahlen 40 Euro inklusive einer Tageskarte Fitness und Wellness.

Weitere Informationen finden Interessierte auf [www.meridianspa.de](http://www.meridianspa.de).

### **Pressekontakt:**

Global Communication Experts GmbH  
Marie-Sarah Baier | Doris Palito Schneider  
Hanauer Landstraße 184, 60314 Frankfurt am Main  
Tel.: + 49 (0)69 175371 -042 / -046  
Fax: + 49 (0)69 175371 -043 / -047  
[presse.meridianspafrankfurt@gce-agency.com](mailto:presse.meridianspafrankfurt@gce-agency.com)  
[www.gce-agency.com](http://www.gce-agency.com)

MeridianSpa Deutschland GmbH  
Nadine Mielke  
Wandsbeker Zollstraße 87-89  
22041 Hamburg  
Tel.: + 49 (0)40 65 89-20143  
Fax: + 49 (0)65 89-29000  
[Nadine.Mielke@meridianspa.de](mailto:Nadine.Mielke@meridianspa.de)  
[www.meridianspa.de](http://www.meridianspa.de)

### **Über MeridianSpa:**

Das 1984 in Hamburg gegründete Unternehmen MeridianSpa bietet in seinen acht Anlagen in Hamburg, Berlin, Kiel und Frankfurt seinen 36.000 Mitgliedern und zahlreichen Tagesgästen Fitness, Wellness und Bodycare auf Premium-Niveau unter einem Dach und in einem besonderen Ambiente. Erstklassige Kraft- und Ausdauergeräte und ein umfangreiches Kursprogramm lassen das Training für jeden einzelnen zum Erlebnis werden. Der weiträumige Wellness-Bereich mit verschiedensten Saunen und Pool sowie großzügigen Außenbereichen bietet Entspannung pur. Abgerundet wird das ganzheitliche Angebot durch das AMAYĀNA Day Spa mit Beauty-Behandlungen, Massagen und Ayurveda-



Anwendungen. Sowohl sportlich interessierte als auch Erholung suchende Großstadtmenschen jeden Alters nutzen MeridianSpa regelmäßig für ihren Urlaub im Alltag, um sich anschließend zu fühlen wie neugeboren.