

# BESSER-LEBEN

TRAINING

## HOLMES PLACE 1220 WIEN - VIENNA INTERNATIONAL CLUB WIEN



### VIENNA INTERNATIONAL CLUB WIEN

Unser Vienna International Club im IZD-Tower lädt auf über 5.000 Quadratmetern zu Sport und ganzheitlicher Entspannung in einer angenehmen Atmosphäre ein. In Sichtweite der Wiener UNO-City gelegen, sind es besonders unsere internationalen Mitglieder, welche unseren Club zu etwas ganz Besonderem machen.

**Wählen Sie aus 2 Paketen das passende für Sie aus:** 4 Monate Vollmitgliedschaft oder 8 Wochen NoYoYo, das Ernährungs- und Fitnessprogramm.

### VIENNA INTERNATIONAL CLUB WIEN (4 MONATE)









#### IHR LEISTUNGSANGEBOT

- 4 Monate Vollmitgliedschaft während der gesamten Öffnungszeiten
- Health-Check & Trainingsberatung
- Premium Fitness-Geräte
- Cardio - Training mit Flatscreen-Entertainment
- Umfangreiches Aerobic-Angebot inklusive Spinning
- Kurse für Body & Soul (TaiChi, Yoga, Pilates, Qigong, ...)
- Spezielle 50-plus-Kursangebote
- Ozongereinigter 20-Meter-Pool
- Vollklimatisiert
- Kostenloser Handtuchservice

### VIENNA INTERNATIONAL CLUB WIEN (8 WOCHEN PAKET NOYOYO)

#### IHR LEISTUNGSANGEBOT

- 8 Wochen Paket NoYoYo: Ist ein, von Holmes Place Experten/Innen entwickeltes 8 wöchiges, Ernährungs- und Sportprogramm, welches als Kleingruppe von Anfang bis Ende mit durchgehender professioneller Betreuung absolviert wird. In diesen 8 Wochen wird der Körper entgiftet, die Ernährung umgestellt und sehr intensiv trainiert. Ideal um abzunehmen, den Körper zu formen und den Start in ein regelmäßiges Training gemeinsam zu schaffen. NoYoYo ist für jeden geeignet, der sein Leben verändern möchte! NoYoYo startet monatlich in allen 4 Holmes Place Clubs (Sommermonate Juli- August nur auf Anfrage ab mind. 3 Personen). In dem Paket ist eine 8-Wochen Mitgliedschaft im Club inkludiert.

- |  |  |
|--|--|
|  steam bath               |  massages               |
|  Parking/garage           |  sauna                  |
|  swimming pool            |  special offers for 50+ |
|  special offers for women |  wellness area          |

#### ADRESS

Wagramer Straße 17  
1220 Wien  
Austria  
<http://www.holmesplace.at>