

Betreuungszeiten

Stellen Sie sich vor... frische Morgenluft, die Hektik des Alltags hat noch nicht begonnen – die beste Zeit, um Sauerstoff und Kraft für den Tag zu tanken. Nach einigen gemeinsamen Jogging-Runden in der Natur und anschliessenden Kräftigungs- sowie Entspannungsübungen ist Ihre Müdigkeit wie weggeblasen. Sie fühlen sich fit und leistungsfähig für den Tag.

Trainieren Sie lieber am Abend oder haben nur früh morgens Zeit? Möchten Sie Ihre Leistungsfähigkeit verbessern, Ihren Körper straffen, Gewicht reduzieren?

Die Dienstleistungen von trainity – your personal trainer stehen Ihnen grundsätzlich zwischen 6 Uhr und 21 Uhr von Montag bis Freitag sowie am Samstag zwischen 6 Uhr und 16 Uhr zur Verfügung. Zeit und Ort des Trainings bestimmen Sie – ganz nach Ihren Bedürfnissen und Wünschen. Dadurch sparen Sie wertvolle Zeit und ein regelmässiges Training ist gewährleistet. Je nach Trainingsort werden Ihnen zusätzliche Fahrtkosten gemäss der Preisliste verrechnet.

Betreuungsort

Die Dienstleistungen von trainity – your personal trainer werden im Grossraum Bern angeboten. Die Trainingsräumlichkeiten befinden sich in Jegenstorf. Dort stehen Ihnen folgende Möglichkeiten zur Verfügung: Trainingsraum, 3-fach Sporthalle, Turnhalle, Aussenplätze (Hart- und Fussballplatz), Tennisplatz, Beachvolleyballfeld, Tartanbahn. Dies ermöglicht ein spannendes und abwechslungsreiches Training sowohl indoor wie auch outdoor.

