

ES KOMMT DIE ZEIT, DA BRAUCHT ES KIESER.



120 €
STARTRABATT
sichern

+1
Trainingsmonat
kostenlos*

Exklusives Angebot

für Mitarbeitende der Caritas Wien

Die Wahrheit über Ihren Körper



Gezielte Beratung durch BIA-Analyse

Sie sind einzigartig, und Ihr Körper hat spezielle Bedürfnisse. Deshalb nehmen wir uns Zeit für Ihre persönlichen Ziele und ermitteln mit unserer Bioelektrischen Impedanzanalyse (BIA) den aktuellen Zustand Ihrer Körperzusammensetzung. So erhalten Sie präzise Informationen über die Verteilung Ihrer Muskel- und Fettmasse. Die Ergebnisse bilden die Grundlage für Ihr Krafttraining und Ihre individuelle Nährstoffberatung.

Ausgleich von Muskulären Dysbalancen

Wiederholte einseitige Belastungen können muskuläre Dysbalancen verursachen, die zu Verspannungen und Schmerzen führen. Mithilfe unserer Analyse lassen sich diese Ungleichgewichte schnell erkennen, sodass Ihr Trainingsprogramm gezielt angepasst und optimiert werden kann.

UNSERE LEISTUNGEN IM ÜBERBLICK:

- Ausführliche Beratung durch unsere Instructorinnen und Instrukto:ren
- Trainingsprogramm zugeschnitten auf Ihre Bedürfnisse und Trainingslevel
- Medizinische Trainingsberatung
- Computergestützte Rückenanalysen
- Kraftmessungen
- Regelmäßig begleitete Trainingsstunden
- Messung der Körperzusammensetzung (BIA)
- 1:1 begleitetes, gezieltes Rückentraining zum Kraftaufbau und Erhalt der tiefen Rückenstrecker
- Nährstoffberatung zur Unterstützung Ihres Trainingserfolgs



IHR KRAFT SPEZIALIST IN ÖSTERREICH

Kieser Wien-Praterstern

Praterstern 3 | T (01) 214 80 80

Kieser Wien-Neustiftgasse

Neustiftgasse 73-75 | T (01) 523 78 78

Kieser Wien-Julius-Tandler-Platz

Julius-Tandler-Platz 3 | T (01) 319 77 70

Kieser Graz

Babenbergerstraße 2 | T (0316) 72 25 55

Kieser Salzburg

Sterneckstraße 11 | T (0662) 87 28 18

Weitere Infos sowie unsere jeweiligen Öffnungszeiten unter [kieser.com](https://www.kieser.com)

KIESER

KRAFT FÜRS LEBEN

* Für Neukunden und Wiedereinsteiger bei Abschluss eines Trainingsabos bis 30.06.2026. Bestandskunden erhalten bei Vertragsverlängerung den üblichen Erneuerungsnachlass und ein kostenloses Trainingsmonat. Gültig nur in teilnehmenden Studios bei Nachweis der Firmenzugehörigkeit. Nicht kumulierbar mit anderen Aktionen.