

25 Jahre Fit for Life

Rund um Fitness, Gesundheit und Wohlbefinden - unsere Geschichte Deine Erfolge

25 Jahre Fit for Life =
25 % Rabatt auf den Beitrag!*



Vor 25 Jahren hatten wir, das sind Michael und Sigune Swieczkowski, einen Traum. Wir wollten ein familiäres und auf alle von 6 – 99 Jahren abgestimmtes Fitness-Studio eröffnen. Voll Hoffnung, Ideen, Träumen und ohne die Vorstellung, ob es gelingen würde, machten wir uns in Eigeninitiative an die Arbeit. Nachdem ein passendes Objekt, welches mit viel Lehrgeld behaftet war, gefunden war, ging es los.



Freunde und Familie standen uns zur Seite; unsere damals 2 1/2 jährige Tochter war immer dabei – und unser Traum nahm Formen an. Schwierigkeiten gab genug, doch wir meisterten sie mit vereinten Kräften konnten am 8. 10. 1994 unser „Fit for Life“, damals noch im Aternweg in HBN, eröffnen. Und ehrlich gesagt, vieles hatten wir uns leichter vorgestellt, vor allem „Büroarbeit“ betreffend.

- THEMEN in dieser Ausgabe:**
- Editorial - Unsere Geschichte Seite 1 + 2
 - Mitgliedererfolge
> mehr auf den folgenden Seiten
 - Relaxen im Wellnessbereich
> mehr auf Seite 6
 - INBODY - erst messen dann trainieren
Beweglichkeits Zirkel
> mehr auf Seite 3
 - BALLance - Alles gute für deinen Rücken
> mehr auf Seite 5
 - Spaß mit Kursen
> mehr auf Seite 7
 - Einladung zum Starten
> mehr auf der letzten Seite

Wir sind und waren Sportler, begeistert und willig den Menschen das zu vermitteln und Möglichkeiten zu bieten; von Buchhaltung, Marketing usw. hatten wir keine Ahnung... Wir mussten also viel und schnell dazu lernen. In den ersten Jahren machten wir 90 % alleine, behelfen uns mit Aushilfen, die an der Theke und später im Kursbereich unterstützten.

Das Studio geputzt haben wir damals alleine, täglich vor oder nach der Arbeit... Angefangen als ein kleines familiäres Studio, haben wir uns innerhalb der letzten 20 Jahre stetig weiterentwickelt, viel Zeit und Geld in Weiter- und Ausbildung gesteckt; einen hochmodernen elektronischen Gerätezirkel angeschafft, speziell auf Rückengesundheit ausgelegte Geräte dazugeholt (fle-xx- Muskellängenwachstumstraining, BALLance-Methode Dr. Tanja Kühne etc.); haben uns in einem 2. Objekt (Am Friedhof 31 in Hildburghausen) vergrößert und innerhalb von 4 Jahren in Eigenleistung dieses Objekt ausgebaut, das unseren Mitgliedern auf ca. 1500 Quadratmetern die Möglichkeit zu trainieren bietet.

Zwei Kursräume, 1 Seminarraum, 1 Außenterrasse für Outdoorurse im Sommer, 1 großer Cardibereich, alle klassischen Geräte als elektronische oder freie Geräte; eine Multihalle mit Kletterwand und Crossfitmöglichkeiten + Freihandtelbereich, Sauna mit großzügigem Ruheraum und Außenbereich; all das stellen wir nach diesen 25 Jahren zur Verfügung, um nach wie vor allen Menschen von 6 – 99, gesund oder mit gesundheitlichen Einschränkungen, eine Möglichkeit zu bieten, sich fit und leistungsfähig zu erhalten bzw. zu trainieren...

Weiter auf Seite 2

* Angebot auf der Rückseite