

Power Plate

Power Plate ist ein Ganzkörper-Trainingsgerät, das über Beschleunigungen mit bestimmten Frequenzen Muskelkontraktionen im ganzen Körper auslöst und damit ein effizientes, auf Ihre Bedürfnisse ausgerichtetes Training unterstützt.

Unsere Personal Trainers betreuen Sie gerne und helfen Ihnen, Ihre Ziele zu erreichen:

- Verbesserung des Stoffwechsels
- Steigerung der Muskelkraft
- Verbesserung der Beweglichkeit
- Förderung der Durchblutung
- Erhöhung des Entspannungspotenzials
- Abbau von Cellulitis

Training mit Power Plate
begleitet von einem Personal Trainer

30 Min.

CHF 60.00



Für detaillierte Informationen sowie Reservierungen stehen wir Ihnen im Spa unter Telefon +41 44 456 64 00 oder spa@thedoldergrand.com gerne zur Verfügung.