



TERMINE & INFOS



tribea aktuell

tribea Aktionstage - mit der AOK

am Samstag, 06.04.2019
& Sonntag, 07.04.2019
von 8 - 14 Uhr in Blankenheim

**Aktions-
special**

„Fit durch den Sommer-Vertrag“
für 6 Monate

Notieren Sie sich jetzt schon diesen Termin - und lösen nur an diesen Tagen Ihren Gutschein ein!

TRAINIEREN SIE AUCH IN MARMAGEN

Montag, Dienstag, Donnerstag
15.30 - 22 Uhr

Mittwoch
10.15 - 12 Uhr | 15.30 - 22 Uhr

Freitag 15.30 - 21 Uhr

Samstag 8 - 12 Uhr

Sonntag 9 - 12 Uhr

Impressum | Herausgeber: tribea GbR · Dr. Konrad-Adenauer-Str.1 · 53947 Nettersheim · Telefon 02486-711 78 · E-mail info@tribea.de · www.tribea.de | Auflage: 12.500 | Verantwortlich für den Inhalt: tribea GbR | Fotos: Judith Maur, Schnell Trainingsgeräte GmbH, fotolia | Konzept, Gestaltung, Illustrationen: Judith Maur Design

Aktionstage

am 06. & 07.04.2019
bei uns in Blankenheim

& mit Infostand der



Fit durch alle Generationen

Unsere Kursangebote für Jung & Alt

Kids Sport

Unser neues Familienangebot

Termine & Infos

Wir informieren Sie über alles Wichtige

Unsere Filialen

tribea Gesundheitszentrum
info@tribea.de
www.tribea.de

tribea Blankenheim
Am Johannesbusch 2
53945 Blankenheim
02449 91 73 78

tribea Marmagen
Dr. Konrad-Adenauer-Str. 1
53947 Nettersheim
02486 711 78

Unser Sommerspecial

- Trainieren Sie für 6 Monate*
*zu den Konditionen eines 2-Jahresvertrages!
- Probetraining und Einführung
- Trinkflasche und Fitnesshandtuch
- Infotage am 06. & 07.04.2019

**Aktions-
special**
„Fit durch den Sommer-Vertrag“
für 6 Monate



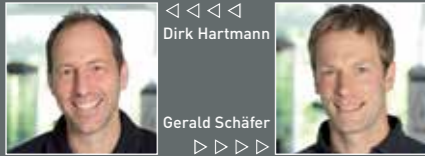
**25 €
Gutschein**
bei Abschluss des
6-Monatsvertrages

*gilt nur am
06. & 07.04.2019

**Aktions-
Special**

„Fit durch den Sommer-Vertrag“
für 6 Monate





EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

haben Sie sich schon mal gefragt, was tribea bedeutet? Vor einigen Jahren haben wir diese Frage unseren Kunden im Rahmen eines Preisausschreibens gestellt und unter anderem diese wunderbare Antwort erhalten: tribea bedeutet Training in besonderer Atmosphäre.

Diese entsteht nicht nur durch die individuelle Betreuung unseres freundlichen und kompetenten Personals, sondern auch durch die besondere Architektur unserer Einrichtung. Lichtdurchflutete Räume, Palmen und Glasdächer laden zu einem besonderen Sport- und Bewegungserlebnis ein.

Wäre es nicht wunderbar, wenn Sie diese Atmosphäre nutzen könnten, um mehr gemeinsame und aktive Familienzeit zu verbringen? Genau das bieten wir Ihnen an. Unsere teiloffenen Trainingsräume, die alle in Beziehung zueinander stehen, ermöglichen ein gemeinsames Trainings- und Sporterlebnis für Jung und Alt.

Dabei sind unsere Angebote so ausgerichtet, dass für alle Generationen etwas dabei ist. Ob gesundheitsorientiertes Training an Geräten, ein gezieltes Muskelaufbautraining, Fitness- und Entspannungskurse oder ein gemütlicher Saunagang. Bei uns ist für alle etwas dabei.

Zusätzlich erweitern wir unser Angebot ab Mai 2019 durch unser neues Kursangebot **Kids Sport**. Kinder im Alter von 8 bis 14 Jahren können kostenlos an diesem Familienangebot teilnehmen, wenn die Eltern oder Großeltern tribea-Mitglieder sind.

Das mittlerweile zur Tradition gewordene „Sommerspecial“ bieten wir natürlich auch in diesem Jahr wieder an. Sichern Sie sich diese Sonderkonditionen und besuchen Sie uns mit der gesamten Familie an unseren Aktionstagen am 6. und 7. April 2019.

Wir beraten Sie gerne und freuen uns auf Ihren Besuch!

Mit sportlichen Grüßen

Dirk Hartmann



WIR STEHEN HOCH IM KURS

Eine Mehrgenerationen-Trainingsfamilie berichtet über ihre Lieblingskurse



Tina,
44 Jahre,
Berufstätige

„Mir ist Sport und Bewegung als Ausgleich sehr wichtig. Dafür nutze ich vor allem bei tribea die Specialangebote für 6 Monate, da ich nicht immer Zeit zum regelmäßigen Training finde. Am liebsten besuche ich dann einen der Cyclingkurse, um mich richtig auszupeinern.“

„In meinem Alter muss man sich noch fit halten, so wie es eben geht. Da helfen mir individuelle Übungen an den Geräten und vor allem die Wassergymnastik in Marmagen. Wenn man Glück hat, bezuschusst das auch die Krankenkasse.“



Kathi,
79 Jahre,
Rentnerin



Ida,
18 Jahre,
Auszubildende

„Ich mache regelmäßig Sport bei tribea und versuche dreimal in der Woche zu trainieren. Somit kann ich viele Angebote nutzen, aber besonders gerne mache ich die Kurse Dance Fitness und Bodystyle. Dabei trainiert man den ganzen Körper und die Ausdauer.“

„Ich freue mich, daß ich jetzt auch mitkommen darf, wenn Mama, Oma oder meine Schwester an einen der beiden Tagen trainieren gehen. Also dann, wenn Kids Sport ist.“



Lotta,
11 Jahre,
Schülerin

UNSERE KURSE

Balance
Bauch Beine Po
Better Body
Bodymove
Bodystyle
Core Training

Cycling
Dance Fitness
Dance Step
Faszientraining
Langhantel Workout
Pilates

Rehasport
Tabata & Tabata Cycling
Wirbelsäulengymnastik
Yoga
Zumba
Unsere Kurse werden ständig optimiert und erweitert.

TRAINIEREN
SIE IN
BLANKENHEIM

Montag - Freitag
8 - 21 Uhr
Samstag - Sonntag
8 - 14 Uhr
02449 91 73 78

Ausgabe April 2019



AKTIONSTAGE

am 06. & 07. April
von 8 - 14 Uhr

- Trainieren mit der ganzen Familie - wir beraten Sie
- Sommerspecial mit Gutscheinkarte
- Individuelle Trainingsberatung

& mit Infostand der



Informieren Sie sich vor Ort über mögliche Unterstützungen im Bereich Fitness und Prävention. Fachkundige Mitarbeiter stehen Ihnen an beiden Tagen für alle Fragen zur Verfügung.

Mit Gewinnspielaktion für Kinder!

NEU - ab Mai 2019

Unser Familienangebot

- Sie trainieren und ihr Kind/Enkel auch – und das kostenlos!
- Für Kinder im Alter von 8 - 14 Jahren
- Dienstags und Freitags von 16 - 17 Uhr
- Unsere Trainer*innen bieten ihren Kleinen ein abwechslungsreiches Bewegungsprogramm – Spaß ist garantiert!
- Nur für tribea Mitglieder – oder die, die es noch werden wollen!

SPORT FÜR JUNG UND ALT? NA KLAR!

Regelmäßige Bewegung fördert die Gesundheit – und das gilt für Kinder, Jugendliche sowie für Erwachsene. Doch viele Eltern haben neben ihrem Job im Alltag kaum Zeit für die Familie. Dann noch Sport zu treiben, erscheint oft unmöglich.

Wir geben Ihnen die Möglichkeit alles unter einen Hut zu bringen – Sie trainieren und ihr Kind oder Enkelkind gleich mit. In unserem Kursraum werden die Kids mit einer Trainerin durch ein abwechslungsreiches Bewegungstraining geführt. Ob Hip-Hop, coole Dance Moves oder kindgerechte Gymnastik, der Spaß an Bewegung ist garantiert!

Denn auch Kinder brauchen Bewegung für:

- den Aufbau von Knochen und Muskeln
- die Stärkung des Immunsystems
- eine bessere Ausdauer und zur positiven Förderung des Herz-Kreislaufsystems
- ein besseres Gesundheitsbewusstsein und zur Vermeidung von Übergewicht



**Aktions-
special**
„Fit durch den
Sommer-Vertrag“
für 6 Monate

**25 €
Gutschein**
bei Abschluss des
6-Monatsvertrages

*gilt nur am
06. & 07.04.2019

Unser Sommerspecial

- Trainieren Sie für 6 Monate*
*zu den Konditionen eines 2-Jahresvertrages!
- Probetraining und Einführung
- Trinkflasche und Fitnesshandtuch
- Infotage am 06. & 07.04.2019