



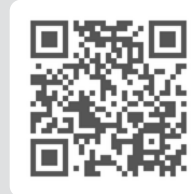
DIE SPORTZONE IST MEHR ALS NUR TRAINING

Entdecke unsere vielseitigen Zonen

WWW.SPORTZONEZUERICH.CH

»DIE SPORTZONE IST EIN ORT, AN DEM DU DICH GANZ AUF DICH, DEINEN KÖRPER UND DEINE ZIELE FOKUSSIEREN KANNST.«

Deine Teamzone



Mehr Infos: scanne mich!

**DEIN ZIEL. DEINE ZONE.
TRAINING FÜR MAMAS,
SPORTBEGEISTERTE & AMBITIONIERTE
ATHLET:INNEN**

Wir bieten dir Drei Trainingszonen:
Mamazone | Kraftzone | Laufzone

Zusätzlich in unserem Angebot:

- Ernährungszone (individuelle Ernährungsanalysen)
- Balancezone (Mentalcoaching - Paar und Sexuallberatung)
- Eventzone (Workshops)

ERFAHRE MEHR AUF UNSERER WEBSITE



KONTAKT

Sandy Flammer

Gründerin und Coach

INFO@SPORTZONEZUERICH.CH



Sportzone Zürich GmbH

Albisrieden & Altstetten | Sechs Zonen | Gruppen- Personal und Firmentrainings

WWW.SPORTZONEZUERICH.CH



UNSERE PHILOSOPHIE

Die Sportzone soll für dich ein Ort sein, um neue Energie zu tanken, Vertrauen in deinen Körper zu gewinnen und zu spüren, wie viel in dir steckt.



- PRE& POSTNATAL TRAININGS (MIT BABYS MÖGLICH)
- PERSONALTRAININGS / GRUPPENKURSE / FIRMENTRAININGS
- 20 JAHRE ERFAHRUNG
- TRAININGS (QUALICERT)
- (FAST) 365 TAGE GEÖFFNET



Starte deine Reise in der Sportzone. Buche dein erstes Training.

www.sportzonezuerich.ch

„Verlasse deine Komfortzone und finde deine Stärke in der Sportzone“

UNSER KURSANGEBOT



MAMAZONE

- Mütter mit Rektusdiastase
- Gruppenkurse Pre&Postnatal
- Mom - Fit
- Hebammenpraxis Zürich



KRAFTZONE

- Gewichtsverlust - Muskelaufbau
- 1:1 / 2:1 Personaltraining
- NachwuchsathletInnen
- Fitness& Physiozentrum Zürich Albisrieden



LAUFZONE

- Gesunder Laufstil für SportlerInnen & WiedereinsteigerInnen
- Fussanalyse
- Sprintgruppe
- Utogrund Zürich



Sportzone Zürich

DEIN RAUM FÜR BEWEGUNG UND STÄRKE

In der Sportzone geht es um mehr als nur Training – es geht darum, an deine Grenzen zu gehen, neue Fähigkeiten zu entwickeln und dich in deinem Körper wohlzufühlen. Bereit, loszulegen? Melde dich jetzt bei uns, wir freuen uns auf dich!

