

Presseinformation

Mit „Mrs.Sporty“ zu bewusstem Leben und gesundem Selbstbewusstsein

Berlin, den 13.04.10. Einfach mal was Neues machen, mal hinter die Kulissen schauen, das wollte Julia Ey. Also bewarb sich das Mrs.Sporty-Mitglied als eine von 650 Damen für das „Gesicht des Jahres 2010“ – und wurde glatt zum Berlin-Wochenende mit Fotoshooting eingeladen. Den Mut und das Selbstbewusstsein, bei solchen Aktionen mit zu machen, hat die 25-jährige Arzthelferin seitdem sie bei Mrs.Sporty trainiert.

Tolle Atmosphäre unter Frauen

Im Sommer 2009 zog sie die Reißleine. Ein Jahr ohne Sport lag hinter Julia Ey und sie fühlte sich einfach nicht mehr wohl. Unsportlich war sie nie gewesen, aber durch Umzug und neuen Job ging die Fitness auf Null runter, auch ihre Ernährung lies die Arzthelferin schleifen. So wurde Kleidergröße 38 schnell zu Größe 46.

Groß und pink – so fiel ihr der Mrs.Sporty Club in Bad Soden im Taunus auf dem Weg zur Arbeit ins Auge. Sie konnte sich zwar kein Studio dadrunter vorstellen, aber die 30-Minuten-Kampagne klang gut.

„Ich wollte sowieso ungerne mit Männern trainieren und die Atmosphäre bei Mrs.Sporty gefiel mir sofort“, erinnert sich Julia Ey an das Probetraining. Also blieb sie – und war erfolgreich: Schon beim ersten Check up nach sechs Wochen zeigte die Waage statt 85 kg nur 78 kg an.

Neues Körpergefühl, neue Freundschaften

Kontakt:

Mrs.Sporty GmbH | Marta Koziarska | Helmholtzstraße 2-9 | 10587 Berlin | Tel:
+49(0)30/3083055
Fax: +49 (0)30/ 3 08 30 54 | mkoziarska@mrssporty.com | www.mrssporty.de

Nicht nur die tolle Betreuung und die freundliche, offene Art des Mrs.Sporty-Teams begeisterten Julia Ey, auch hatte sie wirklich Freude am Trainieren. „Es hat mir einfach Spaß gemacht, dahin zu gehen“, erklärt die 25-Jährige. „Die 30 Minuten Zirkeltraining passten perfekt in meinen Tagesablauf und boten von Anfang an ein abwechslungsreiches Training.“ Ihre Lieblingsgeräte im Powerzirkel waren und sind die Beinpresse und der Stepper.

Vorher hatte die Zugezogene kein soziales Netz in Bad Soden, bei Mrs.Sporty schloss sie schnell Freundschaften mit Gleichgesinnten. Im Club reicht die Altersspanne der Mitglieder von 25 bis 89 Jahre, das älteste Mitglied kommt mit Rollator. „Dass die Älteren noch so mitmachen können ist sehr motivierend für uns jüngere Mitglieder“, erzählt die 25-Jährige. Dazu komme die einfache Handhabung der Geräte und die Tatsache, dass immer jemand da sei, mit dem man trainieren könne.

Offen, sportlich, lustig, inspirierend

Mittlerweile hält die Arzthelferin ihr Gewicht von 67 kg und genießt das Gefühl eines straffen und fitten Körpers. Die Energie, die das Training bei ihr freisetzt, wirkt sich absolut positiv auf ihr Leben und ihren Körper aus – in beiden fühlt sie sich pudelwohl.

Und hat Mut zu neuen Erfahrungen, so wie einfach mal spontan bei der Aktion „Gesicht des Jahrs 2010“ mit zu machen. Das Berlin-Wochenende hat die Arzthelferin in vollen Zügen genossen. Nicht nur sie ist stolz, ausgewählt worden zu sein, auch ihre Familie freut sich sehr. Und da Mrs.Sporty für sie auch sowas wie eine Familie geworden ist, fände Julia Ey es toll, bei einem nationalen Treffen alle Mrs.Sporty-Mitglieder Deutschlands kennen lernen zu können. Denn die Mitglieder seien wie Mrs.Sporty und wenn Mrs.Sporty ein Mensch wäre, dann wäre

Kontakt:

der „positiv, lustig, sportlich, offen und inspirierend“, weiß Julia Ey lachend.

Wollen Sie auch Mitglied im Mrs.Sporty-Frauensportclub werden und mit neuem Lebens- und Körpergefühl mehr Mut zu Neuem haben? Dann machen Sie noch heute ein Schnuppertraining bei Mrs.Sporty in und lassen Sie sich begeistern.

Kontakt:

Mrs.Sporty GmbH | Marta Koziarska | Helmholtzstraße 2-9 | 10587 Berlin | Tel:
+49(0)30/3083055
Fax: +49 (0)30/ 3 08 30 54 | mkoziarska@mrssporty.com | www.mrssporty.de