

### 365 TAGE PERSONAL TRAINING PER KNOPFDRUCK

**Mit nur einem Knopfdruck erstellt das neue Reebok Intelligent Weight Management System nach tagesaktuellem Gewicht und persönlicher Fitness ein individuelles Workout-Programm.**

Wer kennt das nicht, wenn man mal wieder über die Stränge geschlagen hat und die Hose kneift? Gelegentlich sündigen wir ja alle mal und essen Lebensmittel mit mehr Kalorien oder Fett. Soweit kein Problem, wenn man in den nächsten Tagen den Gürtel etwas enger schnallt oder die Bewegung und das Training erhöht. Leider ist es sehr schwer, immer das richtige Gleichgewicht zwischen Ernährung und Bewegung zu finden. Täglich schwankt die Kalorienzufuhr und nur Profis sind in der Lage, die Intensität der Trainingseinheiten so anzupassen, dass das Optimalgewicht gehalten oder erreicht wird. Ein Personal Coach kann hier helfen, der aber meist sehr aufwendig und vor allem kostenintensiv ist.

Die Sport- und Fitnessmarke Reebok bietet nun ein neues und intelligentes Gewichtsmanagement, das auf einfache Art und Weise anhand des tagesaktuellen



Gewichts per Knopfdruck ein individuelles Workout erstellt. Das neue IWM (Intelligent Weight Management) ist ein System, mit dem man das Idealgewicht einfach und komfortabel halten oder erreichen kann. Das aktuelle Gewicht, die Differenz zum Idealgewicht sowie die persönliche Fitness

kann man so oft checken, wie man möchte. Integriert ist es im neuen Reebok Bike-Trainer B5.7, im Crosstrainer C5.7se und im Laufband T4.2. Das IWM erfasst bereits einen geringfügigen Anstieg des Gewichts und verändert intelligent das Trainingsprogramm. So kann man sich auch mit ruhigem Gewissen etwas gönnen, ohne der schlanken Linie zu schaden.

#### **Einmal wiegen und IWM erledigt den Rest**

Je nach Alter, Gewicht und Fitnesslevel berechnet das IWM mit Hilfe einer integrierten Präzisionswaage das optimale Workout-Programm. Nach der einmaligen Eingabe der persönlichen Daten ist vor dem Training nur ein Gang auf die Waage nötig, und die Werte werden sofort per Funk auf den Trainingscomputer übermittelt. Das IWM erstellt auf dieser Grundlage die

#### **Pressekontakt**

...kernpunkt.PR  
Lindwurmstraße 149  
80337 München  
Tel. 089/741 182 54  
Fax 089/741 182 56  
info@kernpunktpr.de  
www.kernpunktpr.de

#### **Reebok Fitness**

Green Fitness GmbH  
Limburger Straße 66  
65555 Limburg/ Lahn  
Tel. 06431/584870  
Fax 06431/5848799  
info@green-fitness.de  
www.green-fitness.de

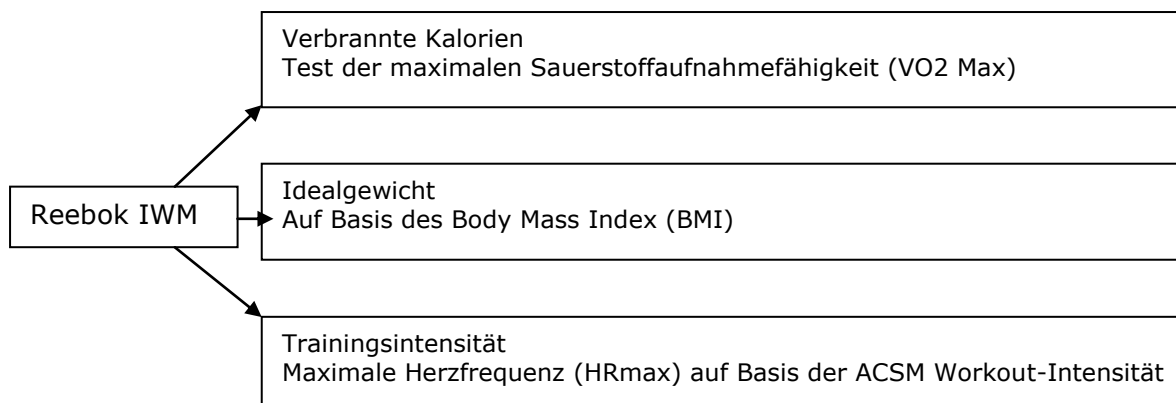
individuelle Trainingseinheit, und schon kann es losgehen. Das IWM agiert wie ein Personal Coach und teilt mit, wie viele Kalorien verbrannt werden und wie lange



das Training dauern wird. Schon bei der geringsten Gewichtsveränderung passt das IWM das Training intelligent an und aktualisiert den Kalorienverbrauch. Je nach Wunsch kann das vorbestimmte Workout natürlich auch individuell variiert werden.

Das IWM ist mehr als nur ein Tool zum Abnehmen, es ist auch ein Programm, um fit zu werden oder zu bleiben. Es funktioniert wie ein Personal Coach und verwaltet den persönlichen Trainingsplan. Nervenaufreibendes

Kalorienzählen gehört somit der Vergangenheit an, und man kann die kleinen Sünden im Leben mit ruhigem Gewissen genießen.



**Bike-Trainer B5.7 mit IWM: UVP 799 Euro**  
**Crosstrainer C5.7se mit IWM: UVP 899 Euro**  
**Laufband T4.2 mit IWM: UVP 1.399 Euro**

Pressinfos und Bildmaterial zum kostenfreien Download im Presse-Bereich unter:  
[www.kernpunktpr.de](http://www.kernpunktpr.de)

### Das Unternehmen

Die Firma Green Fitness GmbH mit Sitz in Limburg an der Lahn ist offizieller Distributor für Reebok Homefitness Equipment, adidas Boxing Equipment und adidas Training Hardware sowie globaler Lizenznehmer der Marke adidas für den Bereich Tischtennis.

Weitere Infos finden Sie unter: [www.green-fitness.de](http://www.green-fitness.de)

### Pressekontakt

...kernpunkt.PR  
 Lindwurmstraße 149  
 80337 München  
 Tel. 089/741 182 54  
 Fax 089/741 182 56  
[info@kernpunktpr.de](mailto:info@kernpunktpr.de)  
[www.kernpunktpr.de](http://www.kernpunktpr.de)

### Reebok Fitness

Green Fitness GmbH  
 Limburger Straße 66  
 65555 Limburg/ Lahn  
 Tel. 06431/584870  
 Fax 06431/5848799  
[info@green-fitness.de](mailto:info@green-fitness.de)  
[www.green-fitness.de](http://www.green-fitness.de)

**Reebok**

38/65



**PRESSE-INFORMATION**

August 2011

**Pressekontakt**

...kernpunkt.PR  
Lindwurmstraße 149  
80337 München  
Tel. 089/741 182 54  
Fax 089/741 182 56  
info@kernpunktpr.de  
www.kernpunktpr.de

**Reebok Fitness**

Green Fitness GmbH  
Limburger Straße 66  
65555 Limburg/ Lahn  
Tel. 06431/584870  
Fax 06431/5848799  
info@green-fitness.de  
www.green-fitness.de