



AUS EINS MACH ZWEI: EVITAL NUN AUCH IN ECHTERNACH

- WIR STELLEN DEN NEUEN STANDORT ECHTERNACH VOR
- ATTRAKTIVE ANGEBOTE FÜR IHRE FITNESS

www.evital-irrel.de
www.evital-echternach.lu



Willkommen in Ihrem eVital Fitness- und Gesundheitsstudio. Wir könnten auch sagen „Moien am eVital“. Denn es ist endlich soweit und wir freuen uns mit Ihnen über die Eröffnung unseres Studios in Echternach! Im neu erbauten „Nonnemillen-Center“, gleich an Echternachs Durchfahrtsstraße in Richtung Landeshauptstadt gelegen, bieten wir Ihnen mit unserem zweiten Studio in der Region noch mehr Flexibilität an. Aber auch eine Entlastung für den bewährten Standort Irrel, der mit stets wachsenden Mitgliederzahlen längst sein „Fassungsvermögen“ erreicht hat.

Mit einem spannenden Blick in die Zukunft blicken wir gleichzeitig zu-

rück auf acht Jahre eVital, in denen wir viele Kunden von unseren Trainings- und Präventionskonzepten überzeugen konnten. Ein gesundes und körperlich ausgewogenes Leben unserer Mitglieder steht für uns weiterhin im Vordergrund, und dies künftig auf deutscher wie auf luxemburger Seite.

In dieser Studiozeitung erfahren Sie mehr über den neuen Standort Echternach, welche Diagnostik- und Therapieangebote Sie nutzen und über welche Kanäle Sie über Zusatzinfos und Neuigkeiten erfahren können. Wie immer steht Ihnen das eVital-Team bei allen Fragen zu unseren Leistungen und Produkten gerne zur Verfügung.

Spüren Sie mehr Energie & Lebensfreude...

Unsere Leistungen

Philosophie

Im eVital steht das Mitglied als Mensch mit individuellen Wünschen und Zielen im Mittelpunkt. In unserer familiären Trainingsatmosphäre begleiten wir auch gerne Sie auf Ihrem Weg zu mehr Energie und Lebensfreude. Wagen Sie den ersten Schritt in ein gesundes Leben und vereinbaren Sie ein persönliches Gespräch mit uns!

Diagnostik

Die Diagnostik stellt im eVital die Grundlage für eine gesundheitsorientierte Trainingsplanung dar. Zuerst testen, dann starten!

TrainWell

Unser Trainings- und Wellnessangebot, ein ausgewogenes Verhältnis zwischen gezielter An- und Entspannung.

Gesundheitstraining

Kombination aller Fitnessbausteine (Kraft, Flexibilität, Ausdauer, Koordination und Schnelligkeit) für Fitness, Prävention und Gesundheit.

Geschultes Team

Trainingswissenschaftliche Grundlagen werden von hochqualifizierten und erfahrenen Mitarbeitern auf verständliche Art und Weise vermittelt.

Gesundheitsnetzwerk

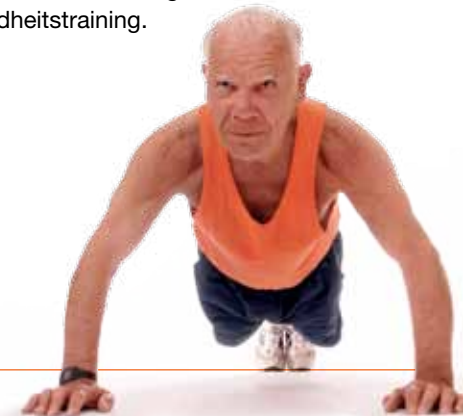
Optimale Mitgliederbetreuung durch Vernetzung von Ärzten, Therapeuten und Trainingswissenschaftlern der Region.

Reha-Sport (nur in Irrel)

Wiedereinstieg in sportliche Betätigung nach Erkrankungen und Verletzungen an der Wirbelsäule: bewegungstherapeutische, alltagsnahe Übungsformen, verbunden mit Spaß und Freude in der Gruppe.

Leistungssport

Optimierung Ihrer körperlichen Möglichkeiten in Verbindung mit unserem Gesundheitstraining.

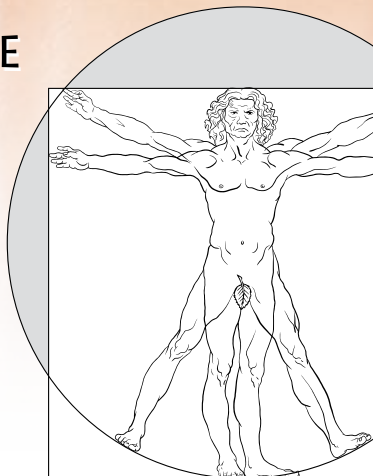


PHYSIOTHERAPIE MASSAGEN

Wir bieten Kurse an:
Pilates • Beckenbodengymnastik

Stoßwellen- und Lasertherapie

Herbert Grün
Talstraße 1 | D-54666 Irrel
Tel.: +49 (0) 6525 / 93 09 3
mh-gruen@t-online.de



GRÜN

Training, Prävention & Entspannung...

Unsere Ausstattung

Dr. WOLFF® Test-Zentrum

Dr. WOLFF® Präventionspark Zwei leistungsstarke Systeme für Ihr ganzheitliches Gesundheitsmanagement. Die Trainings- und Präventionskonzepte werden hier (z.B. für Herz-Kreislauf-System, Rücken, Gewichtsreduktion, usw.) ganz individuell erstellt.

Dr. WOLFF® Rücken-Zentrum

Hilfe für Ihre Rückenprobleme. Mit diesem System werden Sie vorbeugend aktiv und trainieren für eine deutlich bessere Lebensqualität.

gym80 Durch immer mehr Bewegungseinschränkungen des Körpers findet ein zunehmender Muskelabbau statt. Eines der Ziele zur Verbesserung Ihrer Haltung bzw. Kraft ist die Stärkung der Muskulatur. Mit den Trainingsgeräten von gym 80 bieten wir Ihnen dafür, eine Gerätetechnik von allerhöchster Qualität.

Kursbereich Künftig wird Ihnen in insgesamt drei Kursräumen ein umfangreiches Kursangebot präsentiert.

Ausdauergeräte Aufgrund der positiven Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System und den Stoffwechsel ist Ausdauertraining aus gesundheitlichen, präventiven und regenerativen Gründen im Fitness- und Gesundheitssport von großer Bedeutung. Dieses Konzept kann Ihnen bei der Kompensation Ihrer beruflichen und umweltbedingten Belastungen helfen.

Wellness In unserer mediterran gestalteten Saunalandschaft finden Sie alles, um sich auf angenehme Art und Weise zu entspannen und passiv Energie zu tanken.





Restaurant Bistro Nonnemillen

117, route de Luxembourg

L-6562 Echternach

Tel.: (00352) 26 72 19 18

www.nonnemillen.lu

RESTAURANT
BISTRO

Ausstellung - Verkauf - Verlegung - Estriche



FLIESEN FACHGESCHÄFT

117, route de Luxembourg - L-6562 Echternach

Tel: (00352) 72 00 75

info@wagner-fliesen.com



Floristik Nonnemillen

117, route de Luxembourg

Tel.: (00352) 26 72 03 55

www.nonnemillen.lu

FLORISTIK
&
GESCHENKE



Aus eins mach zwei:

Willkommen im neuen eVital Echternach!

Direkt an Echternachs Hauptverkehrsader in Richtung Stadt Luxemburg gelegen, wurde mit dem „Nonnemillen-Center“ ein bedeutender Anziehungspunkt für die deutsch-luxemburgische Grenzregion geschaffen. Auf 13.000 qm befindet sich, über 4 Etagen verteilt, eine reizvolle Vielfalt an Einkaufsmöglichkeiten. Insgesamt 300 Stellplätze direkt am Gebäude sowie 550 öffentliche Parkplätze in unmittelbarer Nähe ermöglichen dem Besucher eine bequeme Erreichbarkeit. Ab Herbst 2016 wird hier mit einer Fläche von 950 qm das eVital Echternach eröffnen. Mit zwei Kurs-

räumen und zwei Saunen heißen wir unsere Mitglieder an unserem neuen zweiten Standort willkommen. Gemeinsam mit eVital Irrel können wir somit unser bewährtes Angebot erweitern und uns an beiden nicht weit voneinander entfernten Standorten für Ihre Fitness und Gesundheit einsetzen.

Sie möchten sich als Mitglied im eVital Echternach anmelden?
Bitte beachten Sie unser
**Frühbucher-Paket
auf Seite 10!**



Nutzen Sie meine Erfahrung.

Versichern, vorsorgen, Vermögen bilden. Dafür bin ich als Ihr Allianz Fachmann der richtige Partner. Ich berate Sie umfassend und ausführlich. Überzeugen Sie sich selbst.

Manfred Reinard

Generalvertretung der Allianz
Schleifstein 2 a
54634 Bitburg
m.reinard@allianz.de

Tel. 0 65 61.94 13 13, Mobil 01 71.5 42 97 60



Wir suchen **SIE!**

Das Team der **eVital Fitness- und Gesundheitsstudios**
in **Irrel** und **Echternach** sucht Verstärkung:

1 Sport- & Fitnessprofi m/w

**Bachelor/in of Arts (DHfPG) oder Sport- & Fitnesskaufmann/-frau
oder Diplomsportlehrer/in oder Fitnessfachwirt/in**

► Vollzeit, Französischkenntnisse von Vorteil

1 Auszubildende/n

Bachelor/in of Arts (DHfPG)

1 Servicekraft m/w

(20 Std./Woche „Teilzeit“)

Was Sie mitbringen sollten:

Erfahrungen im Servicebereich · Spaß in der Dienstleistung und Interesse
an Sport, Gesundheit und Fitness · eine gepflegte äußere Erscheinung und
eine zuverlässige, aufgeschlossene und kontaktfreudige Arbeitsweise
► Französischkenntnisse von Vorteil

Servicekraft m/w

auf Basis einer 450,- € Beschäftigung (GfB)

Was Sie mitbringen sollten:

Erfahrungen im Servicebereich · Spaß in der Dienstleistung und Interesse
an Sport, Gesundheit und Fitness · eine gepflegte äußere Erscheinung und
eine zuverlässige, aufgeschlossene und kontaktfreudige Arbeitsweise

Reinigungskraft m/w

auf Basis einer 450,- € Beschäftigung (GfB)

Was Sie mitbringen sollten:

- Erfahrungen in der Reinigung
- Ehrgeiz bei Ihrer Arbeit
- Blick für Sauberkeit
- Zuverlässigkeit, Selbständigkeit und zeitliche Flexibilität

Was wir Ihnen bieten: ein tolles Arbeitsumfeld und hilfsbereite, freundliche
Kollegen · eine ansprechende und faire Entlohnung · flexible Arbeitszeiten
Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung, per Post oder per Mail!
Die jeweiligen Kontakte finden Sie auf der Rückseite dieser Studiozeitung.



Jetzt in Echternach anmelden
und mit dem Frühbucher-Paket sparen!

Die Termine der
Aktionstage
finden Sie online unter:
www.evital-echternach.lu

NUTZEN SIE JETZT UNSER ATTRAKTIVES FRÜHBUCHER-PAKET

Bei einem Abschluss einer Jahres-Mitgliedschaft
(ab 61,- Euro monatl.) im eVital Echternach in der Zeit
zwischen dem 05.09.2016 und 15.10.2016 erhalten Sie:

Betreuungspaket im Wert von 124,- €
+ **Verzehrgutschein im Wert von 25,- €**

= 149,- € gratis!



Ihre Vorteile bei eVital auf einen Blick

- ✓ Keine Aufnahmegebühr!
- ✓ Wechsel der monatlichen TE* möglich
- ✓ Beitrag inkl. Kurse und Wellness
- ✓ Individuelle Betreuungspakete



Preise der Mitgliedschaften

Laufzeit	5 TE* im Monat	10 TE* im Monat	unbegr. TE* im Monat
24 Monate	51 Euro	61 Euro	66 Euro
12 Monate	61 Euro	71 Euro	76 Euro
6 Monate	66 Euro	76 Euro	81 Euro

Azubi-/Schülertarif: 7 Euro Ermäßigung

ab 15.10.2016
*TE = Trainings-Einheiten

Erleben Sie mehr
Energie & Lebensfreude!



Weitere Infos im Internet unter:
www.evital-echternach.lu



Ja! Ich möchte das FRÜHBUCHER-PAKET!

Meine Daten:

Vorname: _____

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon-Nr.: _____

Datum/Unterschrift: _____

1 Ausfüllen 2 Ausschneiden 3 Zurücksenden an:

eVital Irrel
Talstraße 3
D-54666 Irrel

Für uns ist es selbstverständlich, dass wir Ihre Daten vertraulich behandeln und **NICHT** an Dritte weiterleiten!

www.evital-echternach.lu

TRISPORT

NEU: 0% BIKE - FINANZIERUNG

Cycling
our passion

ECHTERNACH - NIEDERANVEN - WWW.TRISPORT.LU

Ohne mechanische Sicherungstechnik gelangt ein
geübter Einbrecher in weniger als einer Minute in Ihr Haus!

Jetzt wirksam vor Einbrüchen schützen durch:

- Nachrüstung von Haupt- u. Nebeneingangstüren mit Mehrfach-Sicherheitsverriegelungen
- Nachrüstung von verschließbaren Sicherheitsgriffen
- Montage von Sicherheitszylindern
- Austausch kompletter Fenster u. Fensterbeschläge

Kostenlose und seriöse Sicherheitsberatung vor Ort

Ihre Ansprechpartner für ein
sicheres Zuhause

Torsten Zenz
Schreiner

Axel Gilbert
Schreiner



Eines unsere Präventions-Angebote:
Montage von RC2 Sicherheitsbeschlägen

Foto: SIEGENIA GRUPPE



TIMBER PASSION

Fenster · Rollläden · Haustüren · Zimmertüren
Böden · Vordächer · Garagentore · Einbaumöbel
Trockenbau · Prävention · mechanische
Sicherungstechnik nach DIN 18104

Timber Passion S.à.r.l
9, Route de Diekirch · L-6430 Echternach
Telefon +352 - 26 72 11 01
Mobil +352 - 621 278 371
info@timber-passion.com
www.timber-passion.com




eVital goes crossmedial

Mit „eVital online“
immer auf dem Laufenden

Ob mit der eVital-Homepage, unserer Facebookseite oder der mobilen APP – mit den online-Plattformen sind Sie stets auf dem Laufenden, wenn es um aktuelle Angebote und Aktionen im eVital geht. Doch in den online-Services steckt noch mehr: In der Online-Ausgabe der Studiozeitung können Sie nochmal alle Beiträge

nachlesen oder sich den aktuellen Kursplan aufrufen. Auf der Facebookseite finden Sie Fotoalben von zurückliegenden Kursen, Gesundheitstipps oder Hinweise auf kommende Events.

Also:
Gehen Sie online, schenken Sie uns ein  und sagen Sie's weiter!

Gasthaus mohr

 Find us on
Facebook

...da schmeckt's!

Petersplatz 4 | 54298 Welschbillig | 06506-234



ALCINA
GOLDWELL
Londa
REVLOX
TOLINGEN
TONDEO

SALON BARZ

54298 Welschbillig
Petersplatz 3
Telefon: 06506/329

54306 Kordel
Bahnhofstraße 11
Telefon: 06505/305

10 Gründe für den Trainingsstart

Ein gesundheitsorientiertes Krafttraining dient der Prävention von altersbedingten Risikofaktoren, wie zum Beispiel dem Rückgang der Muskelmasse.

Eine regelmäßige, moderate bis anstrengende körperliche Aktivität wirkt sich positiv auf die Reduktion von depressiven Verstimmungen, Ängsten und Stress aus, die durch den Alltag ausgelöst werden können.

Ein gezieltes und auf das Krankheitsbild angepasstes Trainingsprogramm kann im Idealfall bereits akute Schmerzen lindern und weitere ärztliche Behandlungen ersetzen.

Das Training im Fitnessstudio als Freizeitaktivität dient dem Aufbau sozialer Kontakte und dem Austausch gleicher Interessen.

Durch ein ausgeglichenes Kraft- und Ausdauertraining verbessert sich das Immunsystem und das daraus resultierende Wohlbefinden.

Sie sind aufgrund Ihrer außerhäuslichen sportlichen Aktivitäten an das Wetter gebunden? Für das ausdauer- und kraftorientierte Training im Fitnessstudio spielt das keine Rolle!

Sie sind der Meinung ein paar Kilos zu viel zu haben? Neben der Schulung des gesundheitsorientierten Trainings bieten wir auch eine kompetente Ernährungsberatung an.

Neben dem Ausdauer- und dem Krafttraining bietet ein Koordinations- und Balance-Training eine optimierte Belastbarkeit im Alltag und im Beruf und reduziert außerdem das Sturzrisiko.

Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining beugt gezielt Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen vor.

Durch das abgerundete Trainingsprogramm mit diversen Entspannungsverfahren am Ende (z. B. Cool-down, Sauna, etc.) wird die hormonelle Stressreaktivität positiv beeinflusst.





Tim Mayer
StuDiolEitEr Irrel



Michael Röttgen
StuDiolEitEr Echternach



Jessica Enser
Sport- & Fitnesskauffrau



Tim Hoffmann
Auszubildender
Sportmanagement



Lena Bamberg
Bachelorin Fitnessstraining



Heike Prüm
Serviceleitung



Barbara Bormann
B-Lizenz Trainerin



Sina Steinmetz
Auszubildende
Gesundheitsmanagement



Liza Prüm
Auszubildende
Gesundheitsmanagement



Manfred Reinard
ICG Pro Level Instructor



Stephanie Schwarz
Yoga Lehrerin



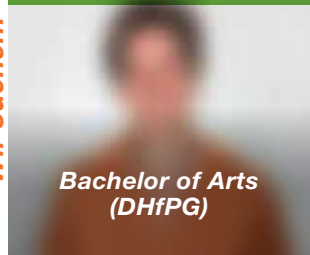
Barbara Buchmann
Service & Kurse



Jan-Philip Deutsch
Service & Training



Auszubildende/n



Bachelor of Arts
(DHfPG)

Sport- und Fitnessprofi m/w



Bachelor of Arts (DHfPG)
oder Sport- und
Fitnesskaufmann/-frau
oder Diplomsportlehrer/in
oder Fitnessfachwirt/in

Servicekraft m/w



20 Std./Woche
„Teilzeit“

„Meine beiden Teams
sind gerne für Sie da!“

Willi Prüm | Inhaber (Irrel & Echternach)

Wir suchen:

eVital Irrel

Talstraße 3 • D-54666 Irrel

info@evital-irrel.de

Tel.: 06525 / 93 44 33

Öffnungszeiten:

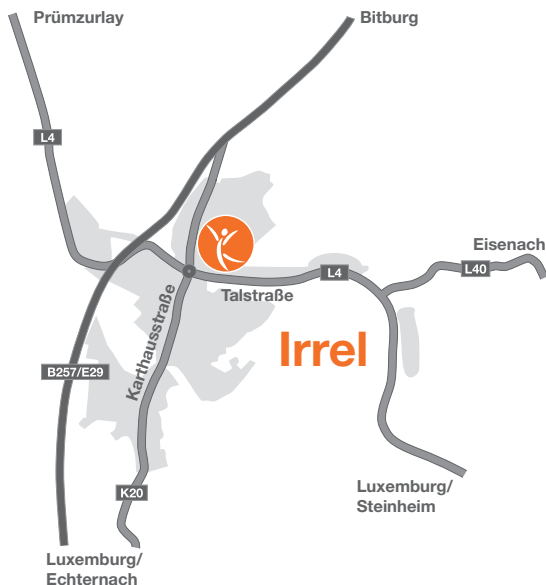
Montag - Freitag 8:30 Uhr - 13:00 Uhr

15:00 Uhr - 22:00 Uhr

Samstag 10:00 Uhr - 16:00 Uhr

Sonntag/Feiertag 10:00 Uhr - 14:00 Uhr

www.evital-irrel.de



eVital Echternach

121, Route de Luxembourg

(Nonnemillen Center)

L-6562 Echternach

info@evital-echternach.lu

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag 8:30 Uhr - 13:30 Uhr

15:00 Uhr - 21:30 Uhr

Samstag 10:00 Uhr - 16:00 Uhr

Sonntag/Feiertag 10:00 Uhr - 14:00 Uhr

www.evital-echternach.lu

