

# WELLnews

## Wave, en ny Cardio Era

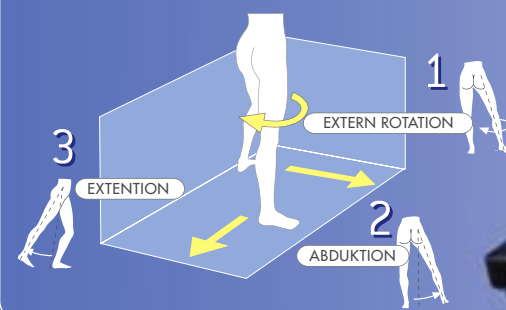
- 1965, LÖPBANDET
- 1975, MOTIONSCYKELN
- 1985, TRAPPMASKINEN
- 1995, TRAPPMASKINEN
- IDAG, **WAVE™**

### WAVE™ - en ny affärsmöjlighet för träningscentret

TECHNOGYM® har utvecklat WAVE™, en revolutionerande konditionsmaskin som markerar en helt ny träningsera och ett nytt sätt att träna säte, ben och bälmuskulatur.

- WAVE är effektiv och ger omedelbara resultat
- WAVE är kul och motiverande
- WAVE är enkel att använda för alla
- WAVE spar yta då den är mer än 30% mindre än en crosstrainer

**MULTIPLANAR CARDIO EXERCISE** - Tre olika rörelser i en enda övning.  
Med CARDIO WAVE™ tränas gluteus, ben och bälmuskulatur i tre olika rörelseplan: UPP/NER, FRAMÅT/BAKÅT och SIDLED.



**TECHNOGYM**

The Wellness Company™



Technogym är världens ledande tillverkare av träningsutrustning. Med innovativa koncept som Kinesis och Cardio Wave, får träningsanläggningar runtom i världen nya verktyg för bättre lönsamhet och utveckling.

## Kinesis™ revolutionerar träningsvärlden

Kinesis är ett helt nytt sätt att träna såväl kropp som själ med fria och naturliga rörelser: styrka, balans, flexibilitet och stabilitet – allt i en enda enhet.

Samtidigt är det marknadens mest effektiva verktyg för nya affärsmöjligheter för friskvårdsbranschen.

Technogyms Kinesis (betyder rörelse på grekiska) är ett personcentrerat motståndsbaserat träningsystem som möjliggör funktionell träning, genom en oändlighet av tredimensionella och naturliga rörelser.

Med Kinesis introduceras ett helt nytt sätt att träna genom att kombinera balans, styrka och flexibilitet i rörelseschemat, med ett jämnt motstånd genom hela rörelsen oavsett övning.

### KINESIS DESIGN

Grundläggande för Kinesis är att det är en helt ny yta att träna på och att dess omgivning och atmosfär också tilltalar utövarens alla sinnen. Designen är unik och inbjudande där all metall och teknik döljs av eleganta träpaneler och gör träningsytan öppen och fri för användaren. Kinesisstråningen är ofta reserverad till ett eget rum, med harmonisk och trivsamt inredning.

### NYA AFFÄRSMÖJLIGHETER FÖR ANLÄGGNINGEN

Kinesis möjliggör för mindre grupper att träna samtidigt vilket innebär högre lönsamhet för anläggningen och personliga tränare – därtill förstärks attraktionen, kundlojaliteten och inte minst antalet kunder som förnyar sina medlemskap.

**Kinesis har haft en central roll i omprofileringen av ett traditionellt "hardcore" gym i Haninge utanför Stockholm – från Fitness till Wellness.**

Läs mer >>



### BodyBike

Innovativa och smart designade spinningcyklar från Danmark



### Activio

Pulsbaserad spinning utvecklar gruppträningen och ger en unik träningsupplevelse



### Pavigym

Golv och mattor för Aerobic, gym, kondition, yoga, kampsport, stretch och kondition.



### Reebok

Gruppträningsutrustning såsom steplådor, coreboards, yogamattor, balansbollar, medicinbollar, hantlar samt exertubes.



### MER I WELLNEWS:

#### RID MED PÅ VÅGEN!

CARDIO WAVE är en världssuccé och Svensk Fitness hjälper dig med fri marknadsföringsupport!



#### WELLNESS DESIGN - RECEPT FÖR LÖNSAMHET

Göteborgsbaserade kedjan Life Health & Fitness väg till framgång

#### UPPGRADERA SPINNINGEN

Activio Pulsspinning ger en ny dimension till gruppträningen

#### ACTIVIO

Pulsbaserad spinning - Öka deltagandet med 30%!

**Köp nu - Betala i september!**

SOMMAR  
ERBJUDANDE

# Framgångsrikt ansiktslyft med Kinesis

I januari 2006 öppnade Sveriges fjärde Kinesis-anläggning i Haninge strax utanför Stockholm. Kinesis blev en avgörande faktor för tidigare Powerhouse's omprofilering; - från Fitness till Wellness.

Anläggningen - numera med namnet *iForm Friskvårdscenter* - valde tidigt under hösten 2005 att satsa fullt ut med Kinesis konceptet som en central del i omprofileringen. iForms ägare Michael Fridbeck fick upp ögonen för Kinesis i samband med en resa arrangerad av Svensk Fitness till Technogyms huvudkontor i Gambettola, Italien.

- De funktionella fördelarna med Kinesis talade för sig själv, säger Michael. Det är en revolutionerande träningsform som alla kan använda, samtidigt som det öppnar upp för nya affärsmöjligheter.

## FÖRSÄLJNINGSPREKORD

Med Kinesis utrustningen kan man få ett helt koncept med färdiga tips för inredning och design för att skapa en yta som tilltalar en bred målgrupp. Med rätt val av färger, material, inredning och musik komponeras en optimal och harmonisk atmosfär för träning.

iForm har i dag ett närmast identiskt Kinesis rum som det i Technogyms egna showroom i Italien, skräddarsytt och byggt på plats efter iForms lokalförutsättningar.

- Vi hade ett konferensrum som inte utnyttjades lönsamt, men som var idealiskt för ett Kinesisrum. Ombyggnationen var ett projekt för sig som krävde en del engagemang, tid och pengar som jag inte hade räknat med från början, berättar Michael. Men nu så här i efterhand kan vi se att det har varit värt det. Försäljningen slår alla tidigare rekord, vi har fått mer än 500 nya medlemmar - varav många som aldrig tidigare har tränat -, och vår personal har fått ett nytt och värdefullt säljverktyg.

## Varför denna omvandling?

- Vi ville skapa en atmosfär på anläggningen som tilltalar en bred kundgrupp. Nu märker vi att vår försäljning kommer mer från företaget än tidigare och då möter vi en massa kunder som aldrig har besökt en friskvårdsanläggning. Med Kinesis kan vi visa att vi har en typ av styrketräning som passar alla. Vi valde att satsa på Kinesis pga det ökade intresset för yoga och pilates och som vi nu kan överföra till styrketräningen med hjälp av Kinesis.

**Kinesis är en ny form av träning som få har haft möjlighet att pröva. Har det varit svårt att lansera och marknadsföra Kinesis för nya och befintliga kunder?**

- Nej, vi har fått mycket hjälp och marknadsföringsstöd från Svensk Fitness. När vi påbörjade ombyggnationen så byggde vi ett intresse med hjälp av Svensk Fitness' marknadsföringsmaterial. Ryktet spreds och vi skapade stor nyfikenhet hos folk i Haninge och bland våra medlemmar.

## Vilka är det som främst använder Kinesis?

- Alla använder Kinesis, men mest representerade är kvinnor 30+.

**Vad har ni för upplägg för Kinesis träningen - får alla använda det, eller har ni det som tillval i träningsutbudet?**

- Vi ville att alla skulle kunna ta del av det så det ingår i medlemskapet. Vi har gruppträningsklasser tre gånger i veckan med Kinesis cirkelträning så att alla har en chans att prova.

**Till sist, vad ser du för möjligheter som ni ännu inte har använt er av för Kinesis?**

- Sjukgymnastik, rehab träning och mer idrottspecifikt träning. Våra elitidrottare har haft stor nytta av Kinesis och dessutom tagit hit fler av sina kollegor, så där finns mer att göra.

Läs mer om iForm Friskvårdscenter på: [www.i-form.se](http://www.i-form.se)



Foto: Daniel Olsén

Michael Fridbeck

Svensk Fitness rekommenderar ett besök på iForms anläggning i Haninge eller någon av de andra anläggningarna som idag har Kinesis:

Selma Lagerlöf Spa och Hotell, SUNNE

SATS Täby och SATS Zenith, STOCKHOLM

Fler Kinesis-anläggningar kommer under 2006!



## PULSTRÄNING STARKASTE TENDEN - en ny dimension till gruppträningen

**Pulsbaserad spinning är den absolut hetaste trenden just nu och därmed ett viktigt affärsverktyg för anläggningen.. Nu finns ett användarvänligt och effektivt system för detta - Activio.**

Sedan vi skrev om Activio i förra numret av Wellnews har telefonerna gått varma från kunder, instruktörer och media i hela Norden som vill veta mer om Activios system för pulsbasead spinning.

I Sverige användes Activio systemets teknik i årets upplaga av Vasaloppet, där TV-tittarna kontinuerligt kunde följa pulsen på bl a segraren Daniel Tynell och tvåan Jerry Ahrlin i direktsändning på SVT, Eurosport och NRK.

Åkarna bar en smidig pulssensor runt bröstet, där pulssignalerna överfördes via satellitkommunikation till svensk och internationell TV-sändning.

## SUCCÉ FÖR SPINNING - 30% FLER DELTAGARE

För träningsanläggningar har systemet visat sig vara en succé. Deltagarantalet på klasserna har ökat med i snitt 30% eller mer hos de anläggningar som har Activio och man kan även få ett enkelt verktyg att styra deltagarantalet under dagen för ökad total kapacitet och effektivitet på anläggningen.

## RÖSTER OM ACTIVIO:

"Vi kör redan idag ett trettiotal klasser i veckan med allt från tidig morgon till sena kvällspass. Activio är ett steg i rätt riktning, alltså en utveckling av en redan fantastisk populär träningsform. Efter mindre än en månad och med fulla klasser så kan vi tydligt se hur Activio utvecklar verksamheten och våra affärer på ett mycket tillfredställande sätt. Träningen upplevs som roligare och många som tidigare haft svårt att motivera sig har nu blivit glödande fans! Som ansvarig för allt fungerar vill jag även slå ett slag för förstklassig support med allt från installationen till ständig utveckling av produkten. Jag rekommenderar varmt Activio till de anläggningar som satsar på cykling/spinning"

Yrjö Arbelius, Kristinedals Träningscenter

"Jag som cykelinstruktör är glad att det händer något på cykelsidan! Cykelklasserna har fått sig en rejäl skjuts tack vare Activios pulssystem. Bland deltagarna är det tack-samt att kunna träna efter hjärtats arbete i särskilda tillstånd som till exempel graviditet eller när man vill vara extra försiktig med hög intensitet. Det är naturligtvis också mycket uppskattat att träna högentensivt då man med pulssystemet kan 'peppas' lite extra. Deltagarna har nu lärt sig otroligt mycket om sina kroppar och kan därför utvecklas inom konditionsträningen på ett annat sätt än tidigare."

Jessica Larsson, SATS Cykelinstruktör

"Genom att erbjuda CykelPuls på SATS ger vi våra medlemmar chansen att på ett enkelt sätt kunna arbeta med Pulsbasead träning, det är pedagogiskt för den nya deltagaren och utmanande för den mer erfarne. CykelPuls breddar SATS produktutbud och gör oss även starka konkurrensfärdiga."

Caroline Pottoft, SATS

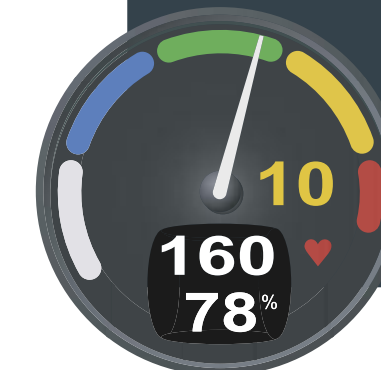
# Erbjudande!

Activio Pulsspinning till alla!

Vi vill inte att någon ska missa chansen att skaffa Activio. Ta del av vårt sommarerbjudande!

Vi bjuder på installation och utbildning!

Köp Activio idag betala i september



Erbjudandet gäller till 31 juli 2006. För mer information, kontakta oss på: Telefon: 08-441 87 80, eller via e-post: [info@svenskfitness.se](mailto:info@svenskfitness.se)

## WAVE EN VÄRLDSSUCCÉ

- nu med fri marknadsföringsstöd

**Technogyms konditionsmaskin Cardio Wave är en världsomfattande succé och den första nyheten som marknaden har sett på över 10 år. Över 5000 Wave såldes de tre första månaderna efter lanseringen och på FIBO 2006 var den mässans största attraktion!**

Med Cardio Wave rör man sig i sidled för effektiv och snabb träning av gluteus, lår och bälmuskulatur, vilket har visat sig vara precis det som dagens utövare (däribland många kvinnor) efterfrågar.

Svensk Fitness erbjuder ett omfattande marknadsföringspaket till dig som köper Wave, med massor av färdigt material som hjälper dig en lyckad lansering, som exempelvis:

### DVD

Informativ och säljande video som kan spelas upp på anläggningen, vid en lansering eller vid införsäljning till nya kunder.

### CD-ROM

Allt material för din hemsida - screensavers, web banners, bildmaterial för tryck, mm

### PROMOTION MATERIAL

Snygga roll-ups och banners för en snygg inramning vid lansering och fortsatt för att skapa ett intresse på anläggningen ...och mycket mer! Valmöjligheterna är flera och affärsmöjligheterna är många! De som idag har Wave kan vittna om mycket nöjda kunder och många byter därför ut eller adderar sin konditionspark med i genomsnitt fyra till fem st Cardio Wave per anläggning.

**Kontakta Svensk Fitness för mer information eller läs mer om Cardio Wave på**

[www.technogym.com/cardiowave](http://www.technogym.com/cardiowave)



# Wellness Design - succé för anläggningen

LIFE Health & Fitness är en nybildad friskvårdskedja i Göteborgsområdet med en närmast osannolik framgångssaga bakom sig - efter bara lite över ett år på marknaden! Bakom succén står två entreprenörer som har valt att satsa på modern design och ett helhetsintryck som tilltalar alla sinnen hos besökaren.

Konceptet LIFE startade i februari 2005 med en anläggning i Storås och i rask takt har det vuxit till ytterligare två anläggningar i Kortedala och Lerum. I dag har LIFE över 7 000 medlemmar och det familjeägda företaget har som ambition att växa ytterligare med två till tre anläggningar - per år!

-Ja, vi har verkligen haft en bra utveckling sedan starten, berättar Patrik Bengtsson, en av ägarna bakom LIFE. Men det är också resultatet av en mycket medveten satsning där vi har ägnat mycket tid och engagemang åt detaljplanering och införsäljning.

Patrik och kompanjonen Kenneth Rossi har på egen hand gjort verklighet av sina visioner och idéer där de har varit med i hela processen; från idé till inköp, uppbyggnad, inredning och lansering, där design har varit ett ständigt närvarande begrepp.

- Vi har hela tiden tänkt helhetskoncept med hög standard, från det att du kliver in genom dörren och vidare genom alla ytor i lokalen, berättar Patrik vidare. Vi har använt oss av modern design med relativt små medel

- design behöver inte alls vara dyrt! Mycket av vår inspiration är hämtat från andra miljöer såsom hotell- och nattklubbmiljöer och på så sätt har vi hittat egna lösningar. Varför uppfinna hjulet igen?, säger Patrik med ett skrat.

## FÖR HELA FAMILJEN

LIFEs koncept och miljö tilltalar en större målgrupp än den mer traditionella träningspubliken, vilket är en central faktor för framgången och man erbjuder aktiviteter för hela familjen. Avdelningen Young Life är ett exempel; en yta skapad just för barnen där de kan se på bio, leka i bollhav, mm, medan mamma och pappa kan träna i lugn och ro.

- Barnen vill komma hit. Vilken bättre sporre kan en småbarnsförälder ha för att gå och träna? säger Patrik.

## WELLNESS DESIGN I 3D

Självfallet har valet av träningsutrustning följt samma röda tråd som allt annat för att skapa en trivsamt och estetiskt tilltalande miljö.

- Vi valde Technogyms Selection Line utifrån våra höga krav på design, funktionalitet och att det kändes modernt för att fungera med resten av vårt koncept, säger Patrik. Vidare hade vi stor hjälp från Svensk Fitness som bistod med avancerade 3D ritningar. Dessa var till stor användning under vår införsäljningsperiod för att visualisera LIFE långt innan vi hade öppnat.

## ÖVER 2000 NYA MEDLEMMAR

Införsäljningen, ja. Drygt tre månader innan öppningen av första LIFE anläggningen i Storås påbörjades en "pre-launch" gentemot medlemmar och företag - resultat: 2 250 sålda medlemskap. Innan anläggningen hade slagit upp portarna!

Svensk Fitness är stolta över att ha kunnat vara en bidragande samarbetspartner till LIFE och rekommenderar alla ett besök om du har vägarna förbi Storås, Kortedala eller Lerum. Snart öppnar desutom en tredje anläggning i Långedrag i Västra Göteborg.

Läs mer om LIFE Health & Fitness på: [www.lifeclub.se](http://www.lifeclub.se)



Foto: Fredrik Telléus

