



Wie sicher und schnell bist Du auf Deinen Beinen?

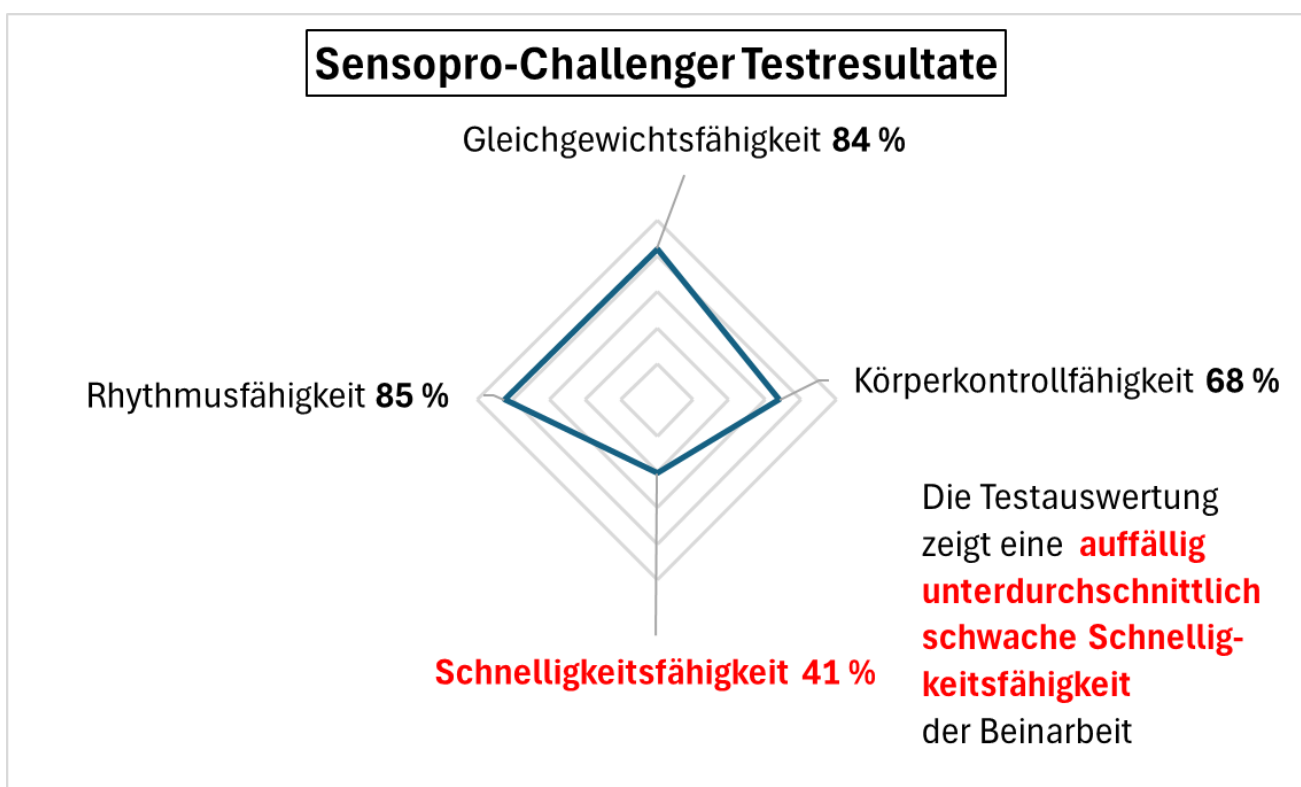


Hast Du schon eine Trainingskarte für Deinen persönlichen Zugriff auf Deine bevorzugten Trainingsprogramme und für die Challenger- Tests?

Für ein erfolgreiches und gezieltes Training auf der Luna von Sensopro empfehlen wir Dir vorab die Tests mit dem Challenger Modul.

Mit den Challenger-Tests auf der Luna von Sensopro, können wir Dir aufzeigen, wo Du Deine Stärken und Schwächen hast.

Challenger Tests Beispiel von «Muster Max»



So können wir Dir, wenn gewünscht, gezielte Trainingsprogramme auf der Luna von Sensopro vorschlagen, die Dir entsprechende Leistungseigenschaften effizient verbessern helfen.

Dem Silver Gym Mitglied «Muster Max», mit seiner **schwachen Schnelligkeitsfähigkeit**, empfehlen wir 2 x pro Woche Sprintprogramme, während mindestens ca. 6 Wochen, durchzuführen.

Folge-Tests können Dir nach einer Trainingsperiode, Deine spürbaren Trainingsfortschritte messbar bestätigen.