



# la donna – das Fitnessstudio für Frauen mit Wohlfühlgarantie!

Es gibt Dinge, da braucht Frau keine Zuschauer. Schwitzen und Figur optimieren gehören dazu.

Das Figurstudio la donna ist ein reines Damenstudio. Geräte, Kurse und Anwendungen decken alles ab, was Körper, Seele und Figur der Frau sich wünschen. Auch das Personal ist selbstverständlich ausnahmslos weiblich.

Sie sind geplagt von Kopfschmerzen oder Rückenleiden? Dann ist das

einzigartige fle-xx Beweglichkeitstraining von la donna genau das Richtige für Sie. An verschiedenen speziellen Trainingsgeräten werden die Ursachen der Schmerzen beseitigt. Die Übungen erinnern an das, was man früher „Gymnastik“ nannte. Dazu Elemente aus den Bereichen Yoga und Pilates. Die verkürzte Muskulatur wird gezielt in die Länge trainiert und

gestärkt, die Durchblutung wird gefördert. Schon nach kurzer Zeit fühlen Sie sich regelrecht befreit und dauerhaft entspannt.

„healthy balance“ heißt ein intelligentes Stoffwechsel- und Ernährungskonzept, mit dem es Fettpölsterchen erfolgreich an den Kragen geht und die Gesundheit gefördert wird. Perfekt auf die einzelne Person abgestimmt, ohne ständiges Hungern und Quälen. Ergänzt um eine Prise Bewegung steht der Wunschfigur nichts mehr im Wege. Wer es noch etwas zielgerichteter wünscht, wird mit Personal Training bei la donna bestens bedient.

Fit werden und bleiben, Verspannungen lösen, gesund und dauerhaft abnehmen, das Hautbild verbessern, straffen, sportlichen Ausgleich zum Arbeits- und Familienalltag finden, in familiärer Atmosphäre – das ist la donna. Vielleicht das persönlichste Studio in der Umgebung.

Sporteln im auf Frauen ausgerichteten Gerätepark, mit bester Aussicht auf das Panorama der Stadt. Ein abwechslungsreiches Kursprogramm. Dazu Vibrafit, Vacu Trimmer und Ultratone: Drei Geräte, mit denen Sie Gewebe straffen, Cellulite bekämpfen und Ihre ganz persönlichen Figurziele erreichen. Und: Zeit und Muße, mit den Trainerinnen die eigenen Ziele und Wünsche zu besprechen und den richtigen Mix für Sie zu finden.

Wer la donna einmal ausprobiert hat, wird kein „normales“ Fitnessstudio mehr betreten wollen. Glauben Sie nicht? Versuchen Sie's!

Direkt an der Stuttgarter Straße (B27), gegenüber von McDonald's.



**FIGURSTUDIO LA DONNA**  
Stuttgarter Straße 56  
74321 Bietigheim-Bissingen  
Tel.: 0 71 42 / 43 08 96  
info@figurstudio-ladonna.de  
www.figurstudio-ladonna.de

**Öffnungszeiten**  
Ganzjährig (auch Feiertage)  
7:00 – 21:00 Uhr

- Angebot**
- Gerätetraining
  - Kurse
  - fle-xx
  - Ultratone
  - Vacu-Trimmer
  - Vibrafit
  - Personal Training
  - Healthy Balance

- Kursangebot**
- BodyFit
  - FiftyFit
  - Yoga
  - Physyolates
  - Zumba
  - RückenFit
  - Fit & Stretch
  - RückenYoga
  - MamiFit
  - DeepWORK
  - BBP intensiv



Gleich anrufen & Termin vereinbaren!

**Gutschein**

**la donna**  
DAS FIGURSTUDIO FÜR DIE FRAU

**1x Probetraining**  
inkl. Beratung & Stoffwechselanalyse

**1x Vibrationstraining**  
Dauer: etwa 30 min

**1x Kursteilnahme** nach Ihrer Wahl

Figurstudio la donna Tel.: 0 71 42 / 43 08 96 www.figurstudio-ladonna.de