

Werner Schuler, Kunde der ersten Stunde.

«Ich habe das perfekte Training für mich gefunden.»

Eigentlich war ich bis 50 nie richtig sportlich aktiv. Ich fühlte mich fit und energiegeladener genug. Doch wie für viele, war es auch für mich sowieso schwierig, regelmässig ins Training zu gehen. Wer beruflich stark eingespannt ist, setzt häufig die Prioritäten beim Job und der Karriere.



Ich schätze das Persönliche im BB-Antiaging Center sehr

Das ist ja nicht grundsätzlich falsch. Es führt aber irgendwann dazu, dass man in Bezug auf seine Fitness in eine Abwärts-Spirale gerät. Je weniger Zeit man hat, desto häufiger lässt man das Training sausen. Die Folgen sind rasch spürbar und leider auch sichtbar.

Seit 1990 habe ich immer wieder neue Anläufe unternommen, regelmässig «ins Fitness» zu gehen. Anfangs stets mit viel Freude und Begeisterung. Ich genoss als Neukunde ja auch die entsprechende Aufmerksamkeit und Betreuung durch die Coaches.

Doch meist nach kurzer Zeit wurde ich während meiner Übungen nicht mehr begleitet. «Ich sehe, du machst das schon richtig», war häufig der Kommentar des Personals. Ich gab mir ja auch redlich Mühe. Leider schien das nicht zu genügen, denn ich verspürte immer mal wieder ein komisches Zwickeln im Körper und hatte häufig Rückenschmerzen. Das bedeutete für mich: Meine Motivation sank – gegen Null. Denn statt mich fit und aktiv zu fühlen, hatte ich Schmerzen, weil ich die Übungen nicht korrekt ausgeführt habe.

Der BB-Antiaging Flyer – meine Rettung

Eines Tages, vor fast zwanzig Jahren, flatterte ein Flyer des BB-Antiaging Centers Dübendorf in meinen Briefkasten. Ich wurde eingeladen, doch einfach mal im Center reinzuschauen. Als Nachbar dachte ich mir, «gehst mal vorbei und schaust, wie die das machen».

Luigi Bertolosi, der damalige Inhaber des Centers, hörte sich aufmerksam «mein Problem» an und erklärte mir einfach und

verständlich sein 4-Säulenkonzept und wie er und sein Team auf meine individuelle Situation eingehen können.

Seit diesem Tag gehe ich wöchentlich ins BB-Antiaging Center in Dübendorf. Und das mit viel Freude und ohne Schmerzen. Ich werde bei jedem Training persönlich betreut, angeleitet und kontrolliert. So habe ich die Sicherheit, dass ich keine Übung falsch oder schludrig ausführe und mir damit Schaden und Schmerzen zufüge.



Gerade bei Kraftübungen ist mir eine genaue Anleitung wichtig

Ich darf sagen, heute bin ich fit und energiegeladener. Und habe sogar Spass im Training. Wer kann das schon ehrlich von sich behaupten? Nach dem Training geniesse ich jeweils eine spannende Massage. Und das Beste: Ich bekomme jedes Mal meinen Kaffee und eine leckere Praline dazu.

Seit ein paar Jahren kommt auch meine Frau ins BB-Antiaging-Fitness. Sie bucht verständlicherweise ein etwas anderes Package. Genau auf sie als Frau zugeschnitten.

Im letzten Jahr hat Gabriela Bollhalder als neue Inhaberin die Leitung des Centers Dübendorf übernommen. Ich bin begeistert, dass die hohe Qualität und die persönliche, menschliche Betreuung auch unter der neuen Leitung Bestand haben. Für mich und meine Frau ist damit klar, wir werden auch die nächsten Jahre unsere Fitness und Vitalität im BB-Antiaging Body and Beauty Center Dübendorf trainieren.

Ein Besuch lohnt sich auf jeden Fall. In einem ersten Schritt auf der Webseite (www.bb-antiaging.ch) und dann auch im Center selber.



Werner Schuler, Dübendorf

So trainiere ich gerne und ohne Schmerzen



Gabriela Bollhalder, Nachfolgerin von Luigi Bertolosi als Inhaberin und Geschäftsführerin des BB Antiaging Centers Dübendorf (bb-antiaging.ch). Den Grundstein für ihre aktuelle Tätigkeit legte sie mit ihrer Ausbildung zur Einzelhandelskauffrau und den Zusatzausbildungen in Ernährung und Naturheilkunde an der Reformfachakademie sowie einem vertiefenden Studium an der Universität Luzern zur empathischen Begleitung von Menschen aller Altersgruppen. Mit fachlichen Ausbildungen in den Bereichen Nutrigenetik, Bewegungslehre, Personaltraining, Kavitations- & Radiofrequenztechnologie, EMS, Magnetfeldtherapie verfügt sie über alle Kompetenzen, die es für die Betreuung ihrer Kundinnen und Kunden braucht.

