




Laut einer im April 2011 veröffentlichten Deloitte Studie (www.deloitte.com) besuchen mehr als sieben Millionen Deutsche regelmäßig ein Fitness-Studio, um sich in Form zu halten. Das sind satte neun Prozent der Gesamtbevölkerung. Wer das Training im Urlaub auf Norderney fortsetzen oder erstmalig ausprobieren möchte, findet im Strandhotel Georgshöhe exzellente Bedingungen. In einem 300 Quadratmeter großen Fitness-Resort stehen Ihnen unter anderem 25 Stationen im Kraftbereich und 15 Geräte im Kardiobereich zur Verfügung, um Ihre körperliche Ausdauer und Ihr persönliches Wohlbefinden

zu steigern. Im Dezember 2010 wurde das gesamte Studio renoviert und bietet seitdem ein noch frischeres und moderneres Ambiente - einmalig auf der Insel.

»Neue Böden, hellere Farben, eine zeitgemäße Optik und vor allem ein an neueste Standards angepasster Gerätepark«, so beschreibt Marina Solomonova, die im Hotel den Fitness-Bereich leitet, das umgestaltete Studio. Neuen Besuchern empfiehlt die Diplom-Sportlehrerin, einen Einführungstermin zu vereinbaren, um das umfangreiche Angebot besser kennen zu lernen und bei Bedarf einen individuellen Trainingsplan zu erstellen. Wer sich

aus seinem Heimatstudio mit Geräten und Abläufen bestens auskennt, kann natürlich auch ohne Beratung loslegen. Neben dem Cardio- und Kraftbereich verfügt das Fitness-Resort über einem Gymnastikraum für Step-Aerobic & Co. sowie ein Cycling Studio mit 10 Fahrrädern. Das Fitness-Resort steht - wie auch die gesamte 4.000 Quadratmeter große Wellness-Anlage - nicht nur den Gästen des Hotels, sondern allen Urlaubern auf Norderney offen.

Als ein besonderes Highlight verfügt das Fitness-Resort im Strandhotel Georgshöhe seit neuestem auch über eine Kinesis



Einmalig auf der Insel

Georghöhe Fitness-Resort

Personal Kraftstation für das Personal Training unter fachkundiger Anleitung. Das innovative Gerät mit patentierter Fullgravity-Technologie ermöglicht über 200 verschiedene Übungen auf nur einem Quadratmeter. Kinesis Personal verbindet die koordinierte Bewegung mit Widerständen. Die kompakte und doch anmutige Form wurde für Workouts konstruiert, die Kraft, Flexibilität und Gleichgewicht in gleichem Maße trainieren. Wir haben es ausprobiert und dabei schweißtreibend festgestellt, bei der eigenen Fitness besteht noch reichlich Luft oben.

Übrigens: Das Strandhotel

Georghöhe hat 2012 vom Relax Guide (www.relax-guide.com) mit 4 Lilien und 19 Punkten eine Bestbewertung erhalten, wie sie in Deutschland nur drei weitere der insgesamt über 1.300 verzeichneten Häuser aufweisen können. Zudem war das größte Norderneyer Hotel erstmalig für den renommierten Branchen-Award »Wellnes-Aphrodite« nominiert in der Kategorie »Sport & Fitness«. Seit Jahren darf sich Hotelinhaber Karl-Hans Sigges immer wieder über Spitzenbewertungen freuen: »Es gibt auch 2012 kein anderes Hotel in Norddeutschland, das diese Auszeichnungen auf sich vereint.«

Strandhotel Georghöhe Fitness-Resort

Kaiserstraße 24
26548 Norderney
(04932) 898405
georghoeh.de