

Gemeinsam für Kreuzlingen

Mit Iron Gym und der Kreuzlinger Zeitung Körper und Geist fit halten

In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist. Dieses römische Sprichwort hat heute mehr denn je Bedeutung. Mit seinem Fitnesscenter Iron-Gym in antikem Stil, hat sich Michael Pasetto dem Bereich Körper verschrieben. Er und sein Team beraten und betreuen seit über 15 Jahren Jung und Alt und somit alle, die etwas für ihre Gesundheit tun wollen.

«Die Menschen merken langsam, dass es leichter ist präventiv zu trainieren, bevor der Rücken anfängt zu schmerzen», erklärt Pasetto. Doch auch für Leute, welche ihre Muskeln vergrössern wollen, ist das Iron-Gym mit seinen über 100 Geräten der richtige Ort. Durch das Training von Spitzensportlern hat er sich die Erfahrung angeeignet. «Iron-Gym trainiert beispielsweise das Olympische Segelteam von Deutschland», erzählt er stolz.



Michael Pasetto, Inhaber Iron Gym und Anke Kopfmüller, Personal Trainer

Interessenten dürfen gerne bei einem unverbindlichen Probetraining reinschnuppern. Für Abonnenten der KreuzlingerZeitung offeriert Iron-Gym sogar den Studententarif. Mit einem personalisierten Trainingsplan kann dann gewählt werden, wie

man sich verbessern will. Ob Fitness- und Kraftertraining, Gewichtsreduktion, Ausdauertraining, Muskelaufbau, Ernährungsberatung, Personal Training oder Rehabilitation, Iron-Gym bietet für jeden das Richtige. www.iron-gym.com