

Wo findest Du das  
heute noch?  
Einen Ort, an dem  
Du Du bist.

An dem Du Dich bewegen darfst.  
Und Deine Gedanken stillstehen.  
Wo Du Deine Muskeln spielen lassen kannst.  
Und wieder Dein Lächeln trainierst.  
Einen Ort, der Dein Herz schneller schlagen lässt.  
An dem Du Dich auspowern kannst.  
Bis Dein Akku wieder voll ist.  
An dem Du zu Deiner Bestform findest.  
Und ganz im Flow bist.  
Wo Du Dich treiben lassen kannst.  
Und von der Welt abtauchst.  
Wo Du nicht nur den Körper, sondern auch Deine Sinne belebst.  
Einen Ort, an dem der Alltag keinen Zutritt hat.  
An dem Deine Zeit zur Auszeit wird.  
Und jeder Montag zum Urlaubstag.  
Wann immer Du willst.  
Entdecke einen Ort, an dem Du all das findest,  
was Du so lange gesucht hast:

*DICH SELBST. HIER & JETZT.*



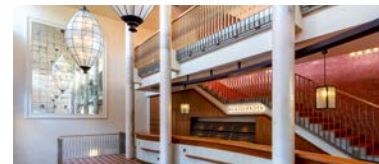
## MERIDIAN SPA & FITNESS | HAMBURG



**Meridian Spa & Fitness**  
**Alstertal**  
Heegborg 6, 22391 Hamburg  
040/65 89-13 030



**Meridian Spa & Fitness**  
**Am Michel**  
Schaarsteinweg 6, 20459 Hamburg  
040/65 89-11 030



**Meridian Spa & Fitness**  
**Barmbek**  
Fuhlsbüttler Str. 405, 22309 Hamburg  
040/65 89-14 030



**Meridian Spa & Fitness**  
**Eppendorf**  
Quickbornstr. 26, 20253 Hamburg  
040/65 89-12 030



**Meridian Spa & Fitness**  
**Wandsbek**  
Wandsbeker Zollstr. 87-89, 22041 Hamburg  
040/65 89-10 030

5 x in Hamburg | 040/65 89-0  
[www.meridianspa.de](http://www.meridianspa.de)



6  
MONATE  
TESTEN  
nur noch bis  
31.08.19

DEIN HIER.  
DEIN JETZT.



## ” GEGEN DURCHHÄNGER HILFT AM BESTEN DURCHATMEN.

---

### KOMM BEI DIR AN. KOMM ZU UNS.

Wenn **Khadra** ins Meridian kommt, hüpft sie meistens vor Freude. Denn hier findet sie genau das passende Training für ihren Typ. Ganz gleich, ob Jumping Fitness oder einer der vielen anderen Kurse – bei cooler Musik pusht die Dynamik der Gruppe sie zu Höchstleistungen.

Das hektische Drumherum einfach ausblenden – dazu begibt sich **Vanessa** auf die Reise zum Mittelpunkt. Ihre innere Ruhe findet sie am liebsten bei Yoga, Pilates oder ein paar Bahnen im Pool. Und wenn sie schon mal im Spa ist, macht sie sich gerne noch mal lang – auf der Massagebank.

**Thai** gibt nach Feierabend gerne Vollgas. Aber nicht auf Hamburgs Straßen, sondern am Ruderggerät im Meridian. Da kommt er in 10 Minuten schon mal über 2000 Meter weit – das perfekte Warm-up für sein anschließendes Functional Workout, alleine oder als Zirkeltraining in der Gruppe.

### DEINE FITNESS. DEINE ZIELE. DEIN PLAN.

Welche Art von Fitness-Training wolltest Du schon immer einmal erleben? Unsere 6-Monats-Testmitgliedschaft ist der ideale Rahmen dafür, Dich auszuprobieren, Dich zu motivieren und – wenn Du willst – Dich neu zu definieren. Dabei unterstützen Dich unsere erfahrenen Trainer Schritt für Schritt. Denn der effektivste Trainingsplan ist der, an dem man mit Spaß dranbleibt.

**Wir freuen uns auf Deinen spontanen Besuch, einen Anruf unter 040/65 89-0, eine E-Mail an [info@meridianspa.de](mailto:info@meridianspa.de) oder eine Nachricht per WhatsApp an 0151/29 22 69 86.**



## ” NEUER ANTRIEB KOMMT ERST, WENN MAN SELBST GAS GIBT.

# 6 MONATE TESTEN.\*

*Werde jetzt Mitglied und nutze das volle Angebot von Meridian bei nur sechs Monaten Vertragslaufzeit.*

\*Begrenztes Kontingent. Das Angebot ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.