



## Tanja & Viktor mit Trainerin Sabine

”

Wir haben im SportQuadrat die perfekte Möglichkeit gefunden, nach der Arbeit etwas aktiv für unseren Rücken zu tun.

SPORT  
QUADRAT

# Wir fragen Tanja & Viktor:

---

## 1. Wieso habt ihr euch für das SportQuadrat entschieden?

» Wir haben uns für das SportQuadrat entschieden, weil das Angebot sehr vielfältig ist und die abwechslungsreichen Kurse uns motivieren. Besonders schätzen wir die familiäre Atmosphäre, in der man sich sofort wohl und gut aufgehoben fühlt.

## 2. Was hat sich für euch verändert, seitdem ihr regelmäßig bei uns trainiert?

» Regelmäßiges Training hat uns geholfen, mehr Bewegung in unseren Feierabend zu bringen und gleichzeitig unseren Rücken gezielt zu stärken. Die positiven Effekte sind im Alltag deutlich spürbar.

GESUND BLEIBEN  
GERNE TRAINIEREN  
GEMEINSAM BEWEGEN

SPORT  
QUADRAT

### **3. Wie würdet ihr die Atmosphäre im SportQuadrat beschreiben?**

- » Die Atmosphäre im SportQuadrat ist sehr familiär und locker. Man fühlt sich sofort willkommen und kann in einer entspannten Umgebung trainieren.

### **4. Nennt drei Dinge, die ihr im SportQuadrat besonders schätzt.**

- » Wir schätzen besonders die Trainer, ihre Fachkompetenz und die angenehme Atmosphäre. Diese drei Dinge machen das Training hier für uns einfach besonders.

### **5. Warum würdet ihr das SportQuadrat weiterempfehlen?**

- » Das SportQuadrat würden wir vor allem wegen den vielseitigen Kursen und dem tollen five-Bereich weiterempfehlen. Beides sorgt dafür, dass das Training effektiv bleibt und gleichzeitig richtig Spaß macht.

GESUND BLEIBEN  
GERNE TRAINIEREN  
GEMEINSAM BEWEGEN

SPORT  
QUADRAT