

FITNESS

Kraft- und Ausdauertraining, Regeneration und eine Atempause sind ideal nach einem anstrengenden Tag.

Indoor – mit Technogym System

Der Fitnessraum ist mit einem modernen Technogym System ausgerüstet. Auf natürliche Weise trainieren Sie so an den Kinesis Geräten Ihre Ausdauer und Muskeln. Dabei werden Sie bei allen Übungen durch eine Software unterstützt, die Bewegungsabläufe dreidimensional visualisiert.

Kontaktieren Sie uns

T +41 55 417 17 17
info@seedamm-plaza.ch

PARTNERANGEBOT

Lesdér Zone – Ihr Beauty Point

- Kosmetik
- Haarentfernung
- Massagen
- Cyrosauna
- ☼ Infrarotvelo
- Medizinisches Body Forming

Kontakt & Beratung

info@seedamm-beauty-spa.ch
www.seedamm-beauty-spa.ch

Outdoor – dem See entlang

Beginnen Sie Ihren Tag mit einer ausführlichen Joggingrunde entlang des Naturschutzgebiets oder rund um den oberen Zürichsee direkt vor unserer Haustür.