

sports | club | PURANGE.
pures Wohlfühlen...

BEWEGE DICH! FIGURZIEL 2014 ERREICHT ...

CLUB:

- Sportliche Atmosphäre.
- Modernste Ausstattung.

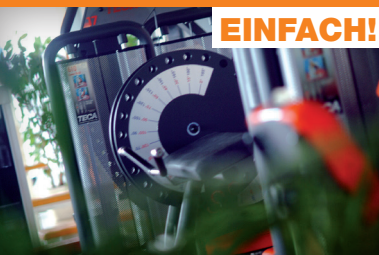
BERATUNG:

- Sporternährung.
- Trainingsziel.

FIGUR-TIPP:

- Zirkeltraining.





Liebe Fitnesssportler/innen und die, die es noch werden möchten. Wieder hat sich jeder von uns für dieses Jahr gute Vorsätze gesetzt und wenn nicht aufgepaßt wird, drohen sie im Alltag unterzugehen. Auch ich und mein Team vom **Sports Club Purange**. haben uns gute Vorsätze für dieses Jahr vorgenommen: Zum einen möchte ich für mich persönlich mehr für meine Fitness und meine körperliche Gesundheit tun. Zum anderen wollen wir, das Team vom **Sports Club Purange. (SCP)**, Sie bei ihren Vorsätzen in Bezug auf Gesundheit, Fitness und Ernährung 100prozentig unterstützen.

Mit dem zweiten guten Vorsatz möchte ich speziell die Frauen ansprechen. Unser Zirkelprogramm unterstützt Frauen in Fitness, Gesundheit und Schönheit, um das gesteckte Ziel zu erreichen. Alle Teilnehmerinnen am Zirkeltraining sollen sich auch in diesem Jahr über ihre straffe Haut, ihre gute Figur und über ihre Fitness freuen. Wenn Sie dabei noch erfahren wollen, wie man sich fit statt müde fühlt und wie schön es ist, wenn Sie Komplimente über die gute Figur bekommen. Ja, dann machen Sie doch einfach mit und überzeugen Sie sich von den Ergebnissen. Mein Team und ich beraten Sie gerne und laden Sie hierfür zu einem kostenlosen Informations- und Beratungsgespräch ein. Unter www.purange.de erfahren Sie mehr.

Den ersten Schritt, das Setzen eines guten Vorsatzes, haben Sie getan. Wir helfen ihnen die weiteren Schritte zu gehen, damit sie sich an dem Ergebnis und dem Erfolg erfreuen können.

Let's be PURANGE.

Jürgen Berlet.
mit Familie.



04 PUR ZIRKEL.

- Zirkeltraining.

05 PUR SORTIMENT.

- Gute Beratung
- Tolle Aktionen

08 PUR FREIHANTELBEREICH

- Kraft & Sport

10 ÖFFNUNGSZEITEN/PREISE.

12 PUR ORANGE.

- Fußball verbindet
- Welches Eiweiß
- Firmenfitness

SO ERREICHEN SIE UNS.

POSTANSCHRIFT:
Sports Club Purange.
Danziger Straße 1.
89250 Senden.

TELEFON:
(073 07) 95 42 60.
TELEFAX:
(073 07) 95 42 61.

E-MAIL:
senden@purange.de

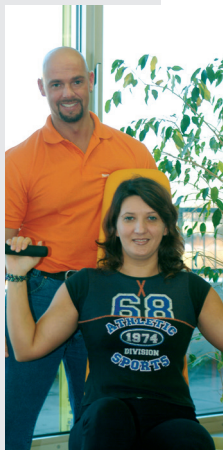
INTERNET:
www.purange.de

IMPRESSUM.
Redaktion und Gestaltung:
hubertus. Design. Esslingen.
Schönblick 52.
73732 Esslingen.
jens@hubertus.biz
www.hubertus.biz

ZIRKELTRAINING!

Für nur 30 Minuten Fitness – dafür lohnt sich der Gang in den **Sports Club Purange**. nicht? Von wegen: Diese 30 Minuten reichen für ein höchst effektives Ganzkörpertraining völlig aus. Beim Ganzkörpertraining sind zehn der besten Fitnessübungen in Geräteform in einem Kreistraining eingebaut. Hier geht es darum, in der kürze der Zeit, ein hoch effektives Training zu erreichen am David Zirkel und Teca Zirkel.

Beim Ganzkörpertraining wird pro Gerät 60 Sekunden lang trainiert und ohne Pause von Gerät zu Gerät gewechselt. Dabei wird das Gewicht individuell auf die persönliche Leistung eingestellt. Nach ca. 30 Minuten Training mit einer Trinkpause und zwei Durchgängen haben Sie alle wichtigen Muskelgruppen für einen straffen Körper trainiert und die Durchblutung im Körper aktiviert. Das Figur- und Herz-Kreislauftraining der Zukunft läuft bereits seit März 2007 im **Sports Club Purange**. in Senden.



**2-3 X 30 MINUTEN PRO WOCHE
AKTIV ZU SEIN REICHT VÖLLIG AUS!**



HOCHWERTIGE PRODUKTE, GUTE BERATUNG, TOLLE AKTIONEN!

Der **Sports Club Purange**. bietet nicht nur das richtige Training für den Erfolg beim Sport, er hat auch Sporternährungsprodukte von höchster Qualität in seinem Angebot. Jürgen Berlet berät Sie dazu nicht nur ganz individuell, er bringt seine ganze Erfahrung im „Figurtuning“ mit ein. Lassen Sie sich beraten, damit Sie das gesteckte Figurziel schnell und sicher erreichen.

Viel Erfolg dabei!



Pretty Woman[®]
SUPREME

**MAKE-UP
VON AUSSEN!**



**MAKE-UP
VON INNEN!**

**Der Shake für Frauen
um ihr Fitness-Ziel
zu erreichen!**
Hier im Club erhältlich.

DER PRETTY WOMAN[®] -SHAKE:
Speziell für Frauen und
ihre Bedürfnisse entwickelt.





EIWEISS, der Figurmacher!

Grundversorgung:

Mehrkomponenten-Protein ist das Basisprodukt für eine solide Proteinzufuhr in der Muskelaufbau- oder Definitionsphase. Es eignet sich hervorragend, um den Proteingehalt der Basisernährung auf ein Bodybuilding gerechtes Niveau anzuheben.

Kurzbeschreibung: Es vereint die Eigenschaften von mehreren Proteinquellen. Die abgestimmte Mischung aus diesen Rohstoffquellen macht ein Mehrkomponentenprotein zu einem rundum ausgeglichenen Proteinlieferanten, der die Muskulatur umfassend mit Baustoff versorgt. Durch den geringen Kohlenhydrat- und Fettgehalt kann der Aufbau von reinem Muskelgewebe unterstützt werden.

Bester Verwendungszeitpunkt: Mehrkomponentenprotein eignet sich außerordentlich gut als Zwischenmahlzeit, um den Organismus auch zwischen den Hauptmahlzeiten mit wichtigen Proteinen zu versorgen.

Spezifischer Nutzen: Mit der gezielten Kombination der Rohstoffkomponenten wird die Muskulatur mit reichlich Protein versorgt. In der Muskelaufbauphase ist dies besonders dann von Vorteil, wenn es der Tagesablauf nicht erlaubt, alle 2-3 Stunden eine proteinreiche Mahlzeit einzunehmen.

Das Beste kommt nach dem Training:

Wheyprotein ist ein Pulver zur Herstellung eines Proteingetränkes mit einer Mischung aus Molkenproteinkonzentrat und -isolat zur schnellen Proteinversorgung nach dem Training.

Kurzbeschreibung: Die in einem Wheyprotein enthaltenen Proteine tragen in Verbindung mit dem Training zu einer Zunahme von Muskelmasse in der Muskelaufbauphase und zur Erhaltung der Muskelmasse in der Definitionsphase bei. Neben der Verwendung von unserem Wheyprotein empfehlen wir eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.



Bester Verwendungszeitpunkt: Der beste Einnahmezeitpunkt ist morgens nach dem Aufstehen und direkt nach dem Training.

Spezifischer Nutzen: In der Muskelaufbauphase kann die Zubereitung mit fettarmer Milch erfolgen, um die erhöhte Insulinausschüttung (durch den natürlichen Milchzucker) für die Aufnahme der Aminosäuren in die Muskelzellen zu nutzen. In der Definitionsphase wird der Wheyprotein-Shake mit Wasser zubereitet.

PUR FREIHANTELBEREICH.

**DAS ROCKT, FREI-
HANTELN BIS 60 KG!**

**GROSSE AUSWAHL AN FREIHANTELN,
PERFEKTE GERÄTE-KOMBINATION.**



Wir haben immer ein offenes Ohr für Kraftsportler und Bodybuilder. Anmeldung und Vorbereitung für Wettkämpfe bei Jürgen Berlet im Sports Club Purange.

PUR FREIHANTELBEREICH.



NAC Verbandsstudio: Wir veranstalten seit Jahren erfolgreich Bodybuilding Meisterschaften. Immer wieder ein riesiger Spaß für uns als Sports Club Purange. Bei uns bekommst du die Vorbereitung, die dich für einen Wettkampf erfolgreich macht. Von der Ernährung bis zum Posing sind wir gerne für deinen Bühnenauftritt da.



DAS SCP. ANGEBOT FÜR ALLE DIE NOCH FITTER WERDEN WOLLEN!

**365 TAGE
IM JAHR
GEÖFFNET!**

Sports Club Purange.
Danziger Straße 1. 89250 Senden.

Ihre Hotline zur Fitness (07307) 95 42 60
senden@purange.de www.purange.de

Chip-Öffnungszeiten (für Mitglieder):

Täglich 6:00 - 24:00 Uhr

Öffnungszeiten (zur Beratung):

Montag bis Freitag 9:00 - 12:00 Uhr
15:00 - 20:00 Uhr

Samstag 13:00 - 18:00 Uhr

AUSZUG AUS UNSERER PREISLISTE:

FITNESSPAKET BASIC!

inkl. Mineraldrinks, Wasser und Parken

ab 34,90 € / Monat.

FITNESSPAKET BASIC PLUS!

inkl. Mineraldrinks, Wasser, Parken
und Gesundheits- Figurzielstrategie

ab 44,90 € / Monat.

Gerne beraten wir Sie zu ihrem ganz persönlichen Fitnesstarif.

Notiz:

PUR ORANGE.

FUSSBALL VERBINDET

SCP. UNTERSTÜTZT DIE JUNGS ...

www.fvsenden.de

info@fvsenden.de



ULLI SCHLIEPER
PHOTOGRAPHER
www.ullisfotografie.de



**„Jürgen Klinsmann ist
inzwischen 694 Minuten ohne Tor.
Das hat vor ihm, glaube ich, nur Sepp
Maier geschafft.“ - Harald Schmidt**

IMMER HÖHER, IMMER SCHNELLER, IMMER SCP.



FIRMEN- FITNESS ...

z.B. Kooperationspartner:

- Industriemontage
- Allgemeiner Stahlbau
- Transport- und Montagegestelle
- Gerüst- und Schalungselemente
- Laserzuschnitte
- Zertifizierter Schweißfachbetrieb



magg
metallbau

Magg Metallbau GmbH

Tannenweg 33, 89079 Ulm-Unterweiler

Tel. 07346-922980 Fax 07346-9229815

info@magg-metallbau.de



Metallfachbetrieb mit
Schweißqualifikation für Stahlbauten
"Klasse E" - großer Eignungsnachweis

KAMA-Futter

Ihr Partner bei Qualitätsfutter

KAMA-Futter

Siemensstraße 10
89250 Senden/Iller
Germany

Telefon: 07307 9870-0
Fax: 07307 9870-30
www.kama-futter.de

FIRMEN- FITNESS ...

z.B. Kooperationspartner:



Wir in Gerlenhofen

produzieren Ingredienzien für Brot, Brötchen und Feine Backwaren. Dazu gehören Backmittel, Backmischungen, Sauerteigprodukte, Feinbackmischungen und Gebäckfüllungen.

CSM Deutschland GmbH | Werk Neu-Ulm – Gerlenhofen | Telefon 07307-94 40

... mit vielen Vorteilen für Arbeitnehmer und Arbeitgeber. Lassen Sie sich ein individuelles Angebot für Ihre Firma bei uns erstellen.

Ferienhaus - Vermietung

Ansprechpartner:

Marianne Berlet

www.fewo-berlet.de

Finkenweg 4.

D-89195 Staig/Steinberg

Telefon: (07346) 3071023

Mobile: (0172) 9721793

info@fewo-berlet.de www.fewo-berlet.de



Wir freuen uns auf Sie

ab 17,50* EUR pro Person inkl. TV, Bad und Küche

*ab 4 Übernachtungen und ab 7 Personen

info@fewo-berlet.de

www.fewo-berlet.de



uf Ihren Besuch....

WWW.CK-RAW.DE

FOTOGRAFIE - CHRISTOPH KLUG

LERNE AUCH DU DIE GLAMOURÖSE WELT
DER STARS KENNEN !

PHONE : 0176 / 61764374



GERNE HELFE ICH IHNEN DABEI, SICH SELBST
UND / ODER IHRE LIEBEN INS RECHTE LICHT
ZU RÜCKEN. EIN BILD SAGT MANCHMAL
MEHR ALS TAUSEND WORTE. UND BILDER
SIND UNSER METIER.

KREATIVE FOTOGRAFIE FÜR JEDEN ANLASS

PHONE : 0176 / 61764374





WPM Thai - Massage

Die seit mehreren hundert Jahren in Thailand praktizierte
Massage wurde dort ursprünglich von buddhistischen
Mönchen angewandt.

Ihre Masseurin Wanphen hat dort die traditionelle
Thai-Massage erlernt und mit zertifiziertem
Abschluss bestanden.

entspannen

abschalten

wohlfühlen

innere Ruhe finden

trad. Thai - Massage	60 Min.	23 €
Öl - Massage	60 Min.	25 €
Aromaöl - Massage	60 Min.	28 €
Rücken - Öl - Massage	30 Min.	13 €

Wan Phen Mack

Holderstraße 5 | 89250 Senden / Aufheim

073 07 / 95 48 04 | 01 71 / 9 45 35 10

Termine nach Vereinbarung!



1,50 € Nachlass
Ausschneiden und mitbringen !

1,50 €



GUT BETREUT!



FREUNDLICH!



GROSSE AUSWAHL!



Sports Club Purange. Danziger Straße 1. 89250 Senden.

**Ihre Hotline zur Fitness (07307) 95 42 60
senden@purange.de www.purange.de**