



EMS- UND GESUNDHEITZENTRUM VITALYTIC ZIEHT UM UND ERWEITERT DAS ANGEBOT

# TOP IN FORM

Ein Neustart ist immer spannend. Ob man einen neuen Job annimmt, einen Umzug wagt oder einfach nur schlechte Gewohnheiten abstellen und bewusster leben will. Und wer kennt sich besser mit Neustarts aus als Fitness-Experte Simon Unterstell von vitalityc? Der 50-Jährige startet jetzt selbst noch einmal neu durch und zieht mit seinem EMS- und Gesundheitszentrum in die Heinrich-Marschner-Straße 95. Passend, wie neue Vorsätze, zum Jahreswechsel.

Seit mittlerweile sieben Jahren begleitet das vitalityc-Team Kunden aller Altersklassen bei ihrem Weg in ein fitteres, gesünderes Leben. Manche sind bereits Mitglieder der ersten Stunde und vertrauen noch Jahre später auf das individuelle, freundschaftliche Coaching. „Sowohl unser EMS-Training als auch das Stoffwechsel-Coaching wurden von Beginn an super angenommen“, erinnert sich Unterstell. „Als zwei Jahre nach der Gründung noch das Rückentraining dazukam, war das ein weiteres Highlight für uns – aber vor allem für unsere Kunden.“ Denn Rückenschmerzen sind leider weit verbreitet, man kann durchaus von einem Volksleiden sprechen.

Stillstand – kennt man bei vitalityc nicht. Erst im Sommer hatte Simon Unterstell auf das High-End-EMS-System „Symbiont“ umgestellt, um das Training noch effektiver und angenehmer zu gestalten. Bei EMS geht es – kurz erklärt – darum, die Muskulatur bzw. einzelne Muskelfasern mittels elektrischer Impulse gezielt von außen anzusteuern und zu stimulieren. Bewusst eingesetzt, bietet EMS-Training sowohl Wenig- und Untrainierten als auch Freizeit- und ambitionierten Breitensportlern sowie Spitzenathleten die Chance, binnen kurzer Zeit ganzheitlich, gezielt und gelenkschonend die Muskelkraft zu verbessern.

„Dass so viele Kunden diesen Weg mit uns gegangen sind, freut uns besonders und zeigt, dass wir auf dem richtigen Weg sind“, sagt Unterstell mit Blick auf die vergangenen sieben Jahre. Was er nicht sagt, ist, dass auch das äußerst angenehme Ambiente, der freundschaftliche Umgang und das professionelle Team zum Erfolgsrezept gehört.

Ab Dienstag, 2. Januar 2024, ist nicht alles neu, aber in den neuen Räumen in der Heinrich-Marschner-Straße 95 (vormals Schuhbidu) noch ein bisschen mehr geboten: So soll es neben dem beliebten und effizienten EMS-Training und dem Stoffwechsel-Coaching auch Kleingruppen-Personaltrainings geben, z. B. Yoga, Pilates, Bodystyling oder Functional Training. Hierbei wird die Baldhamerin Alessia Hau von SIASOON Coaching das Team unterstützen. Und weil zu jedem Training auch Regeneration gehört, können künftig sogar Massagen bei Kollegin Sandra Illgner gebucht werden.



vitalytic-Inhaber Simon Unterstell  
mit Personal-Trainerin Alessia Hau.

#### WEITERE INFORMATIONEN:

[www.vitalytic.de](http://www.vitalytic.de)  
[www.siasoon-coaching.de](http://www.siasoon-coaching.de)  
[www.sandra-illgner.de](http://www.sandra-illgner.de)