

FITNESS NEWS JULI 2018

 www.inmotion-juelich.de



PROTEIN-EIS SELBST GEMACHT... ERDBEER-RHABARBER!

Genieße an heißen Sommertagen in Minutenschnelle Dein selbstgemachtes PROTEIN-Eis! - Kein Zucker, keine Konservierungsstoffe... Einfach nur gesund.

Zutaten: 150 g gefrorene Erdbeeren (ungezuckert!)
30 g HYPRO 85 Erdbeer-Rhabarber Eiweißpulver
250 ml stilles Mineralwasser

Zubereitung: Wasser und gefrorene Erdbeeren in einen Mixer geben und die Früchte zunächst kleinmixen. Nun das Pulver einfüllen und auf höchster Stufe cremig mixen. Sofort verzehren und genießen oder im Eisfach kalt stellen.



SO SCHMECKT DER SOMMER...

Mit dem neuen **ALL STARS HYPRO 85** in der „**Limited Summer Edition**“ schmeckst Du den Sommer und förderst Deine Sommer-Strandfigur. In zwei leckeren Geschmacksrichtungen - **Erdbeer-Rhabarber & Mango-Orange** - kommt Cocktail-Feeling auf. Probier ihn jetzt an der Theke als einzelner Shake oder kauf direkt unser Sommer-Special und **spare jetzt stolze 10 Euro**. Denn Du erhältst ganze 1 Kilogramm Eiweiß aus der **Limited Summer Edition inkl. Mehrwegbecher To-Go von All Stars für nur 39,- Euro** (statt 49,- Euro!)

Nur solange der vorrat reicht. - Also greif zu!



KURS DES MONATS JULI:

FUNCTIONAL WORKOUT

Mit hoher Intensität und Effektivität trainierst Du im Functional Workout Deine Kraft, Deine Koordination, Dein Gleichgewicht, Deine Stabilität und Deine Ausdauer in einem; besonders die Rumpf -/Rückenmuskulatur wird gekräftigt sowie Beweglichkeit verbessert.

Der Functional Workout Kurs findet jeden **Montag um 19.30 Uhr** im **Functional Raum** statt.