



LE CONCEPT SPORT-PLAISIR À ADOPTER POUR LA RENTRÉE !



Faire du sport pour retrouver la forme après les excès de l'été ou conserver une bonne hygiène de vie tout en maîtrisant son budget, c'est ça l'esprit Neoness. Pour une rentrée dynamique et active, l'enseigne de fitness donne le ton et propose des espaces fitness adaptés et de qualité !

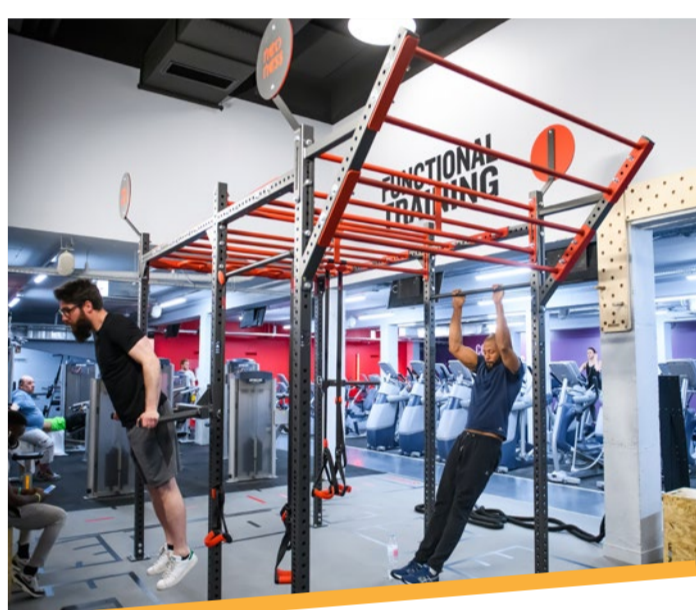
Neoness a choisi de lever les freins liés aux salles de sport : prix, distance, ou encore pression sur l'apparence... A partir de 10€ par mois, ces salles de sport sont accessibles à tous ! On ne trouve ni miroir, ni compétition... Seulement du matériel de qualité* (*machines de musculation et cardio Precor) et des professionnels passionnés pour pratiquer son activité physique. Avec plus de 31 clubs à travers la France dont 25 en région parisienne, facile de trouver un club à côté de chez soi !

QUE FAIRE À LA RENTRÉE CHEZ NEONESS ?

NEW

DU FUNCTIONAL TRAINING

Le functional training fait son entrée chez Neoness ! Le principe : faire travailler l'ensemble de la chaîne musculaire en reproduisant les gestes du quotidien à l'aide d'accessoires (Powerbags, Kettlebells, Battle Rope, Bosus, etc). L'optimisation de ses mouvements permet d'éviter les blessures et de développer une silhouette harmonieuse. Avec ce nouvel espace d'entraînement global du corps, Neoness va ravir les adeptes de la discipline.



DES COURS COLLECTIFS

Pour se dépenser entre amis et se remettre au sport efficacement, Neoness propose des cours collectifs variés, dispensés par des coaches motivés et motivants dans une ambiance sur vitaminée. Cardio-training, bien-être ou renforcement musculaire, il y en a pour tous les goûts et pour tous les niveaux.

DU CARDIO

Les salles proposent le top des machines cardio pour travailler son endurance et ses performances. Des coaches « plateau » sont présents le soir pour des conseils pratiques selon les niveaux et les aptitudes. Tapis, vélo ou vélo elliptique, rameurs, etc. De quoi varier les difficultés et les exercices.



DE LA MUSCU ET LE CIRCUIT BODY EXPRESS

Un large choix de machines de musculation (charges guidées) ou de poids, barres et haltères (charges libres) permet de travailler chaque partie du corps en fonction de son niveau ou de son objectif. Pas de miroir ni de poids de plus de 28 kg, la muscu chez Neoness se fait sans appréhension pour le simple plaisir du sport ! Le Circuit Body Express, composé de plusieurs machines de musculation, offre un entraînement complet et ludique grâce à une borne lumineuse qui guide la séance. Neoness propose une façon amusante et rythmée de se muscler.

DES ETIREMENTS

Chaque salle Neoness est équipée d'une espace « étirements » où tout le monde trouve son compte. Échauffements, étirements, exercices de renforcement, respiration et retour au calme : chacun suit son envie ! Neoness met du matériel adapté et de qualité à disposition dans chacun de ses espaces : espaliers, tapis, Kettlebells, bâtons, Swiss Ball, steps et abdos crunch.



À PROPOS DE NEONESS

Dans une ambiance fun et décomplexée, Neoness s'engage depuis 2008 à démocratiser le fitness en respectant ses valeurs : Cool, Smart, Fit ! Proposant des appareils haut de gamme, des coaches toujours prêts à donner de leur énergie, de leur temps, et des cours collectifs de qualité, Neoness compte à ce jour 31 clubs en France !