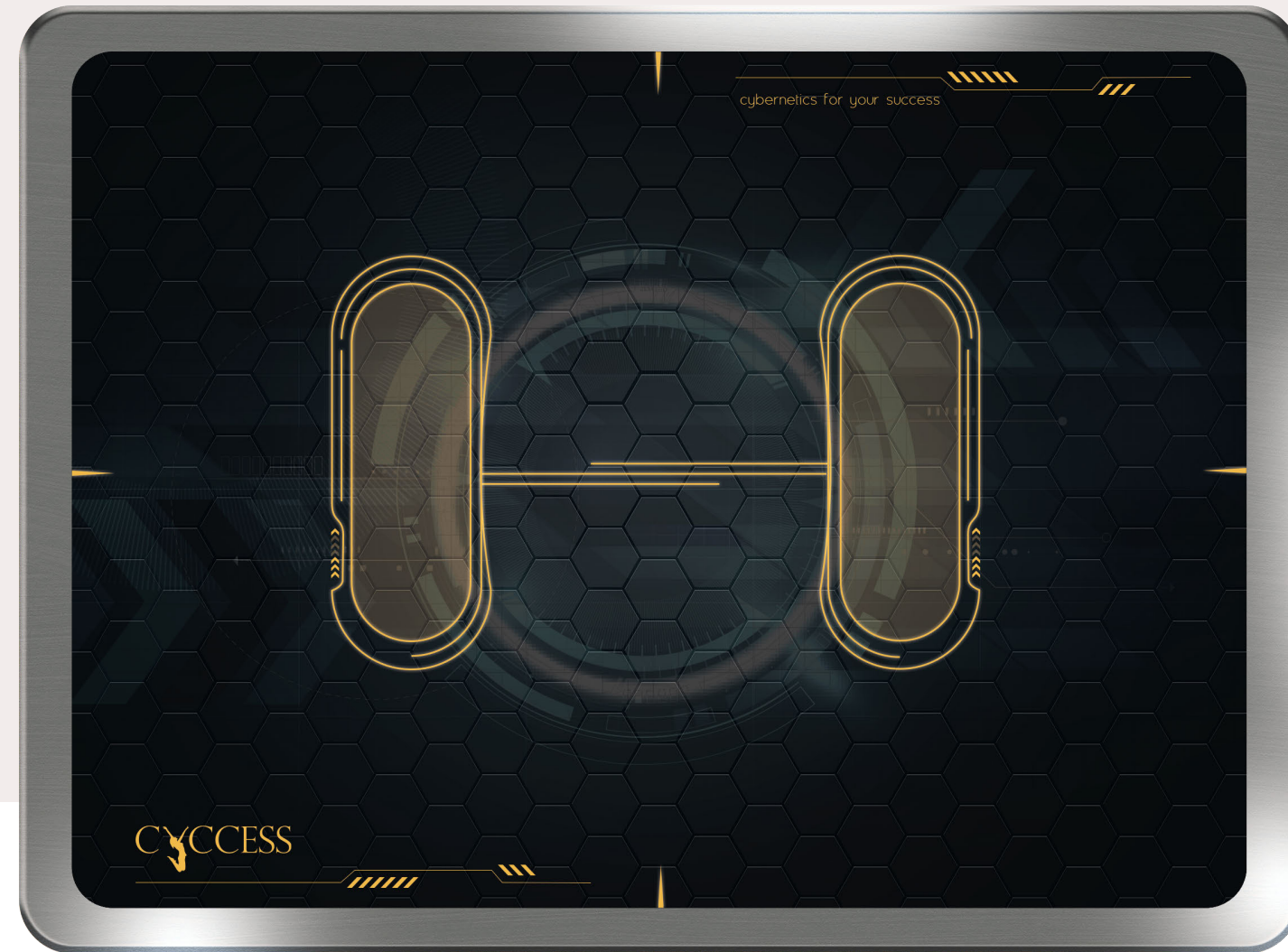


# CYCLICCESS<sup>®</sup>

Fitness mit Erfolg







**Das zuverlässigste Trainingssystem  
aller Zeiten.**





**Mit CYCESS haben wir eine einzigartige Messtechnologie geschaffen.**

Für den gesamten Fitnesssport eröffnen sich damit völlig neue Dimensionen.



Unser Ziel war es,  
mit unserer Erfahrung  
aus dem Profisport  
**das zuverlässigste**  
**Fitnessstraining aller**  
**Zeiten zu schaffen.**

CYCESS®







**So wirkungsvoll,  
dass Sie in jeder  
Einheit spüren,  
wie Sie Ihrem **Ziel**  
näher kommen.**



So faszinierend,  
dass die  
Anstrengungen  
des Trainings  
hinter dem  
**Erfolgs**erlebnis  
verschwinden.





**Sie haben ein Ziel –  
Cycccess® führt Sie zum Erfolg.**





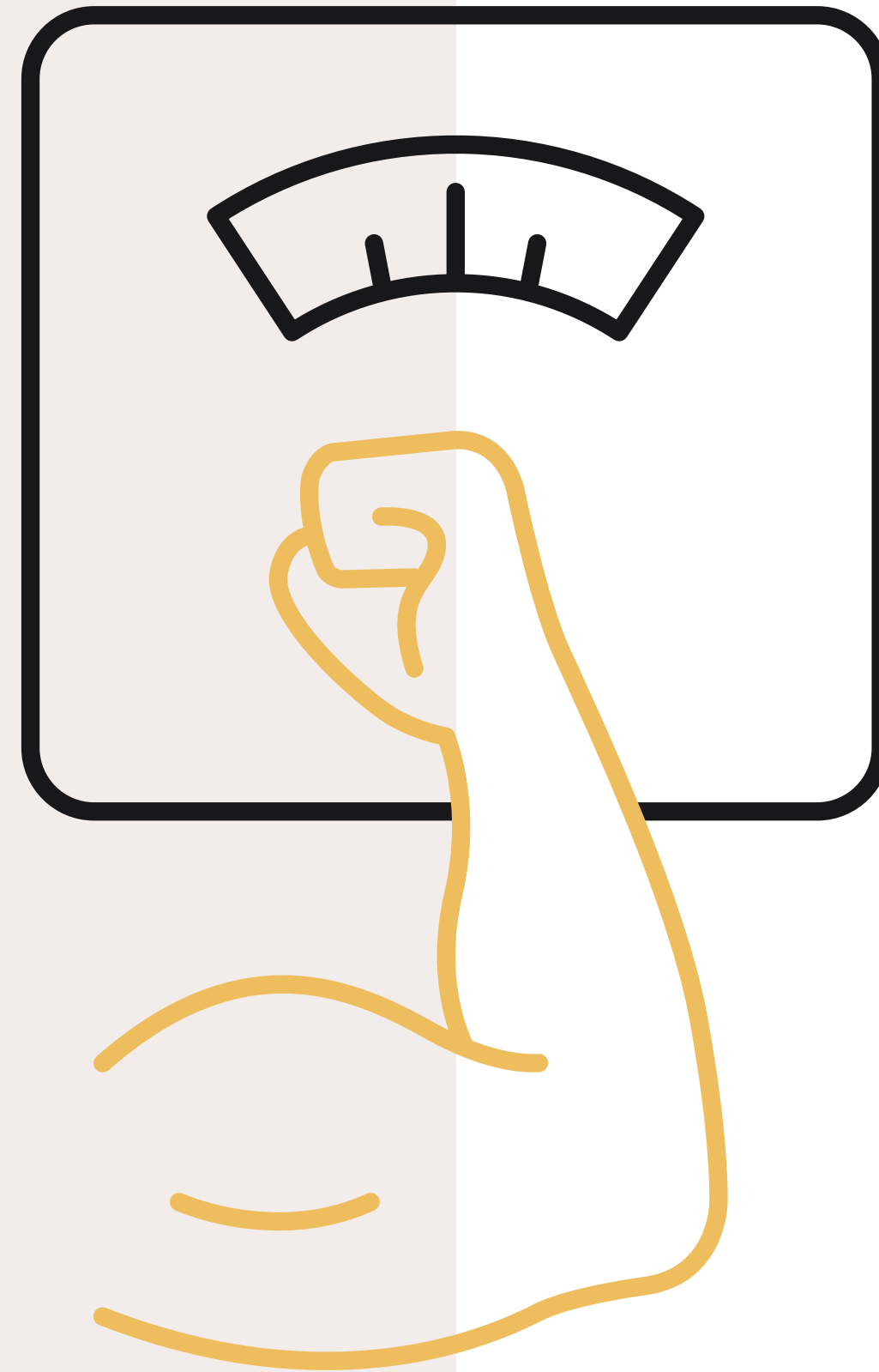
# Performance Control — Der Schlüssel zum Erfolg



# Performance

## Control –

Der Schlüssel  
zum Erfolg

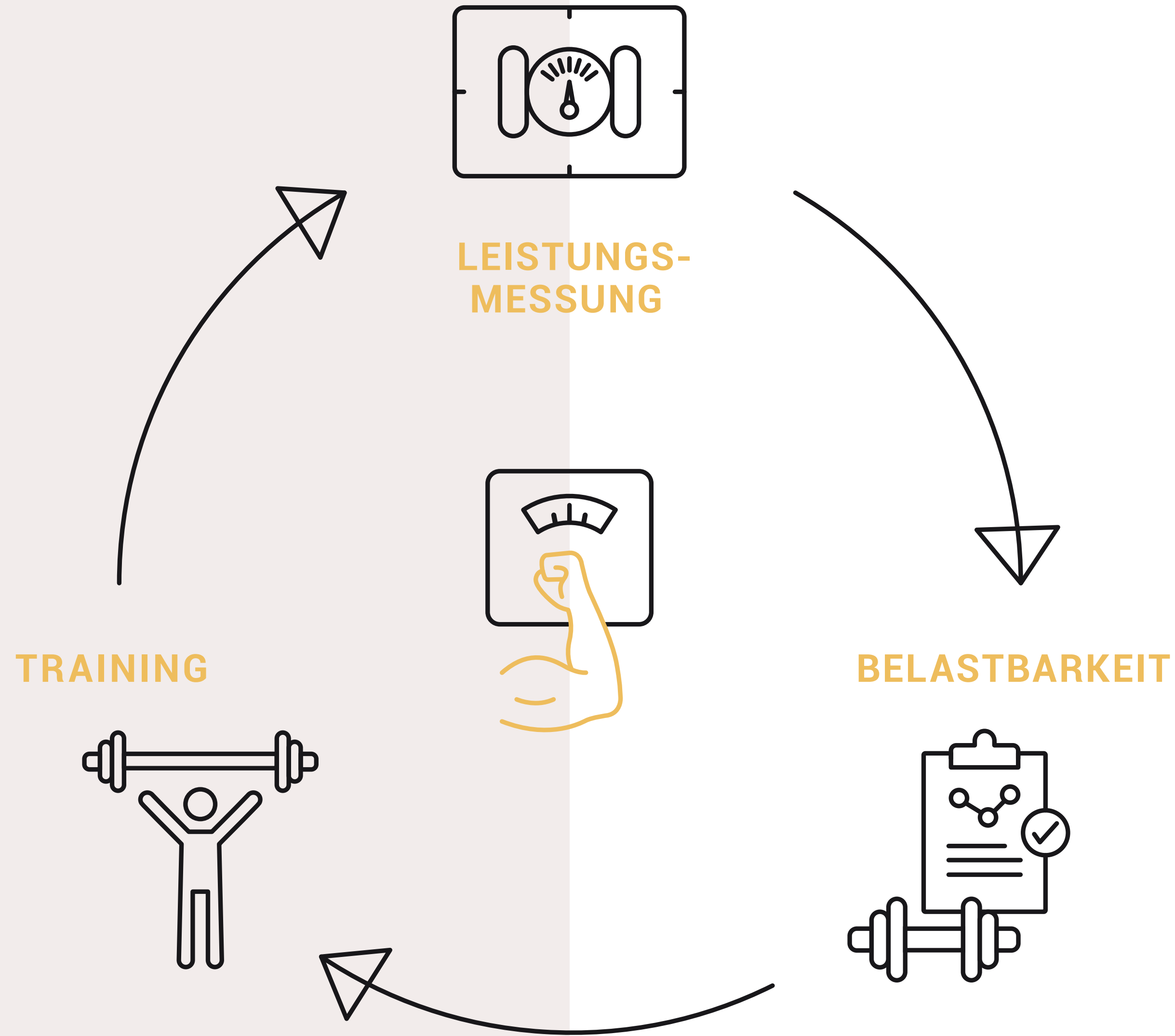




# Performance

## Control –

Der Schlüssel zum Erfolg

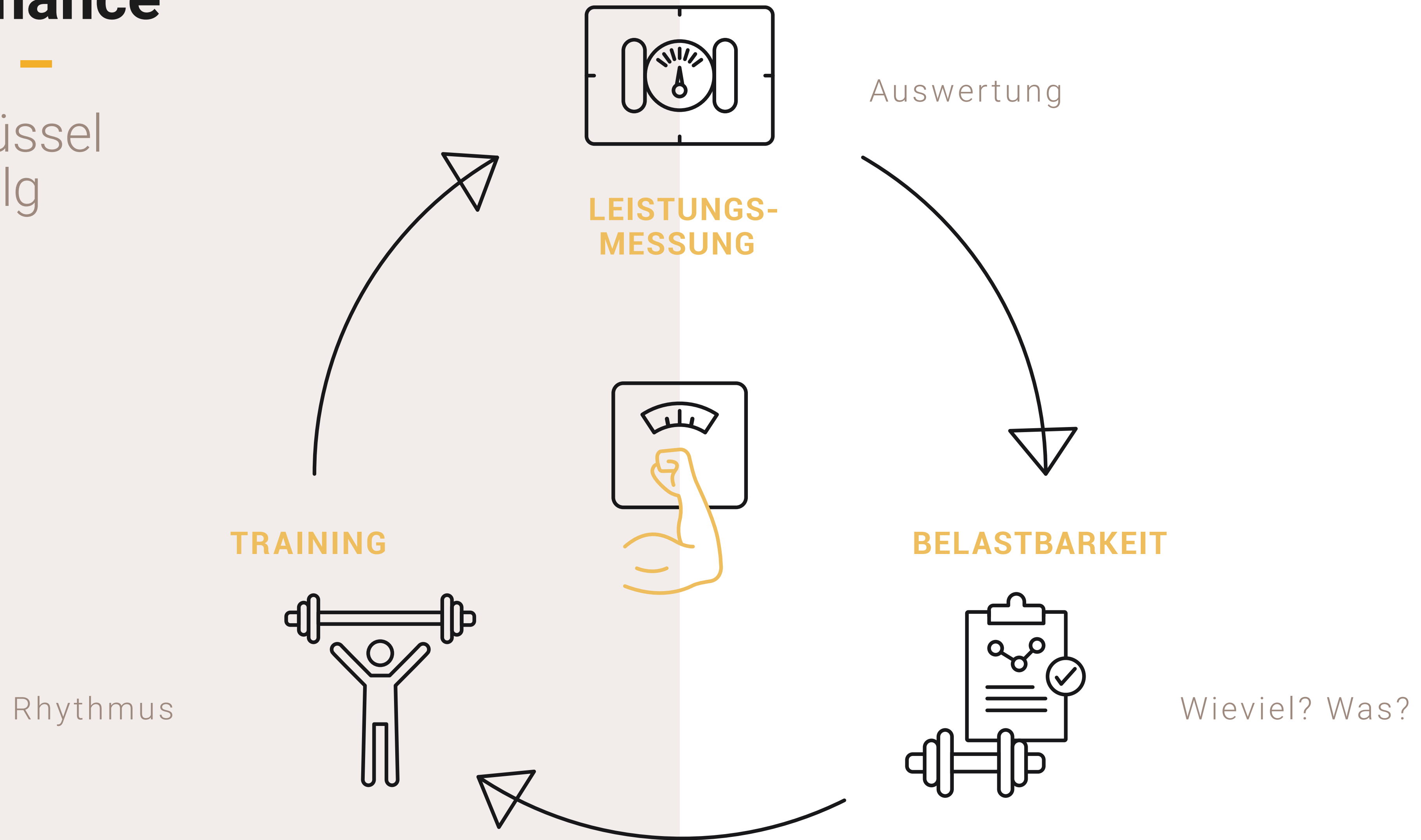




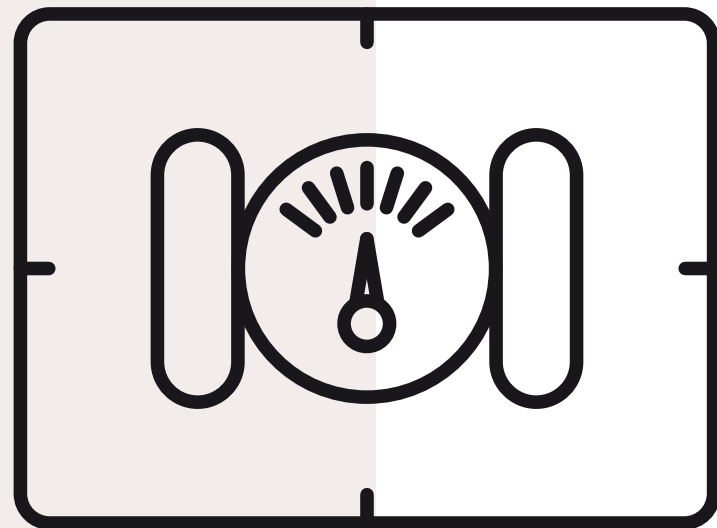
# Performance

## Control –

Der Schlüssel zum Erfolg







# HOCHPRÄZISE LEISTUNGSMESSUNG

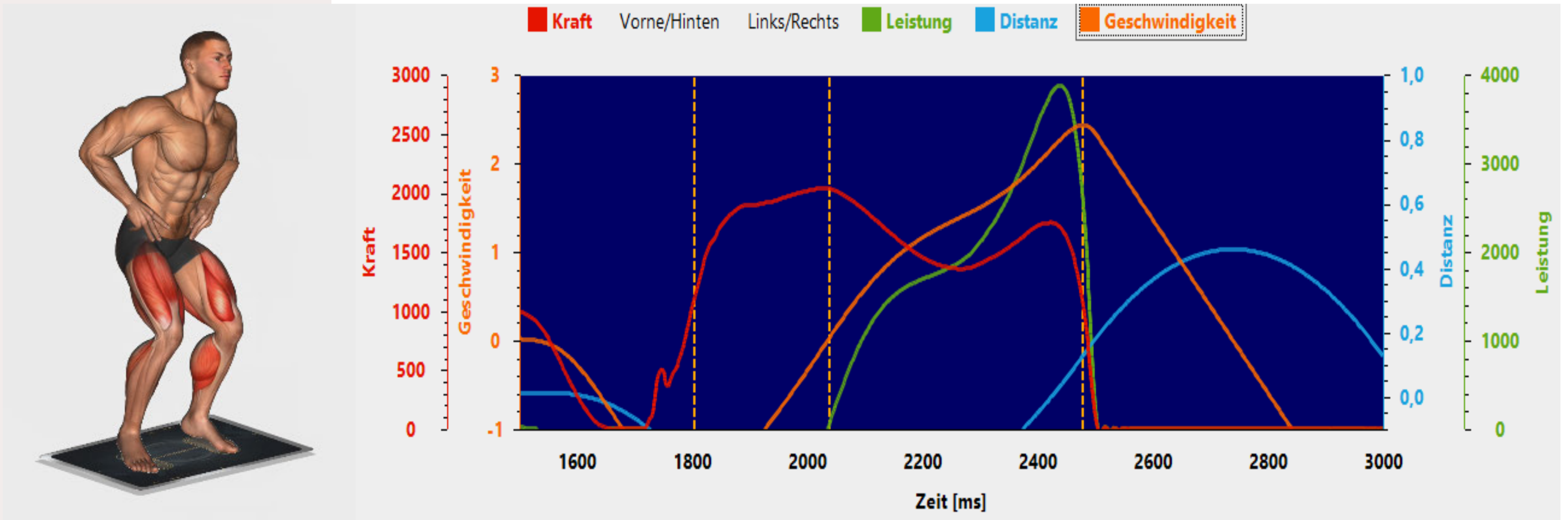
- Exakte Messung des Ist-Zustandes –  
**Maximale Sicherheit**
- Inklusive Stressparameter
- Einfache Testdurchführung



Performance  
Control –

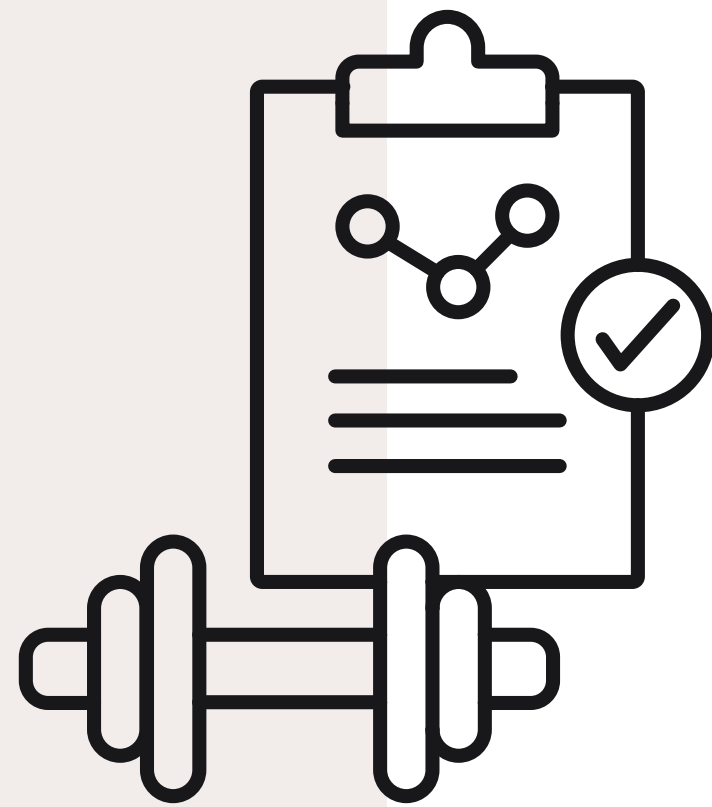
01

# HOCHPRÄZISE LEISTUNGSMESSUNG



Messgrafik in der Cycccess®-Software





# MAXIMALE BELASTBARKEIT

- Berechnung der maximalen Belastungskapazität
- Langfristig systematischer Aufbau
- Nie mehr übermüdete Muskeln
- Die **perfekte Dosis**



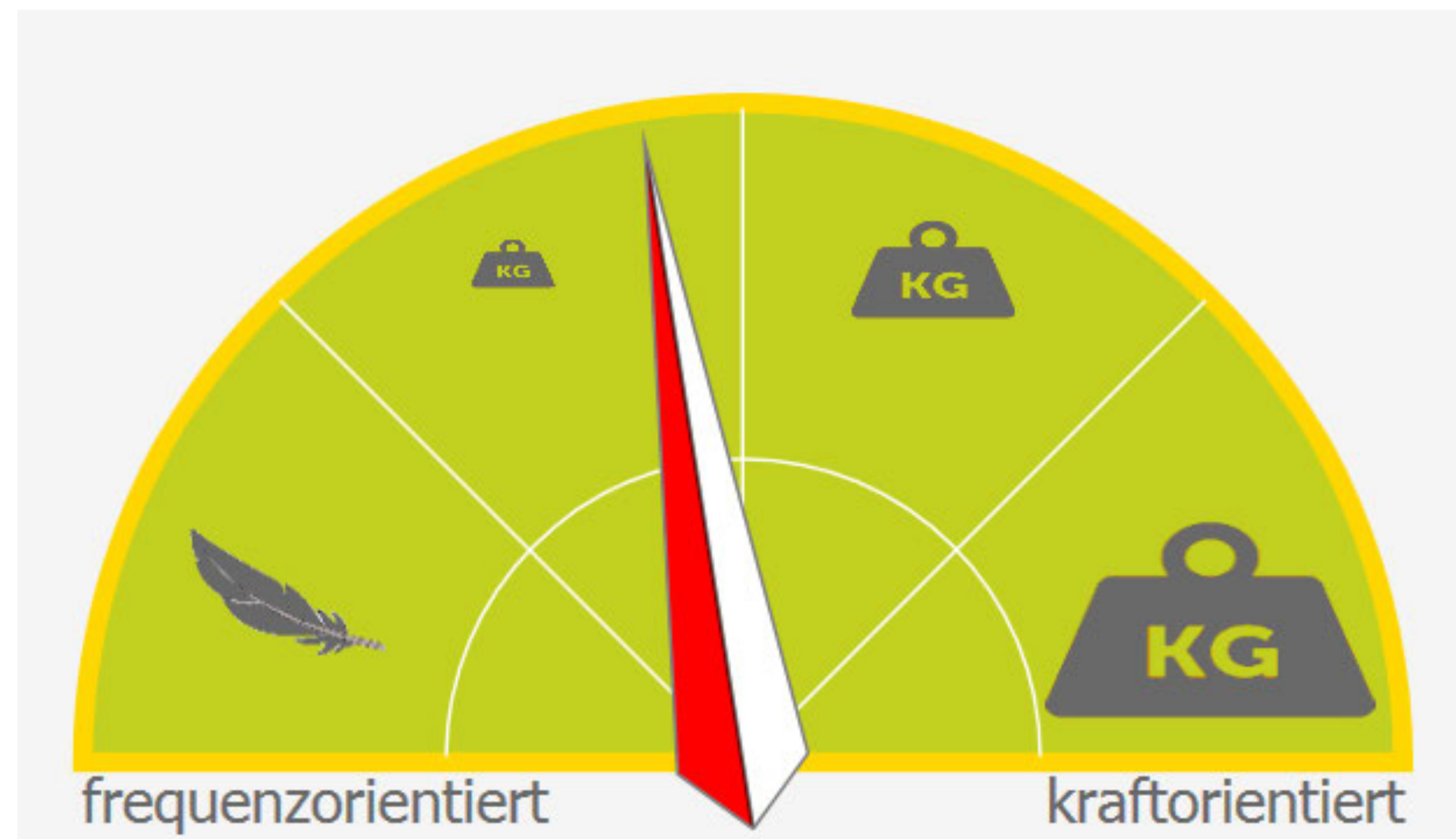
Performance  
Control –

02

MAXIMALE  
BELASTBARKEIT

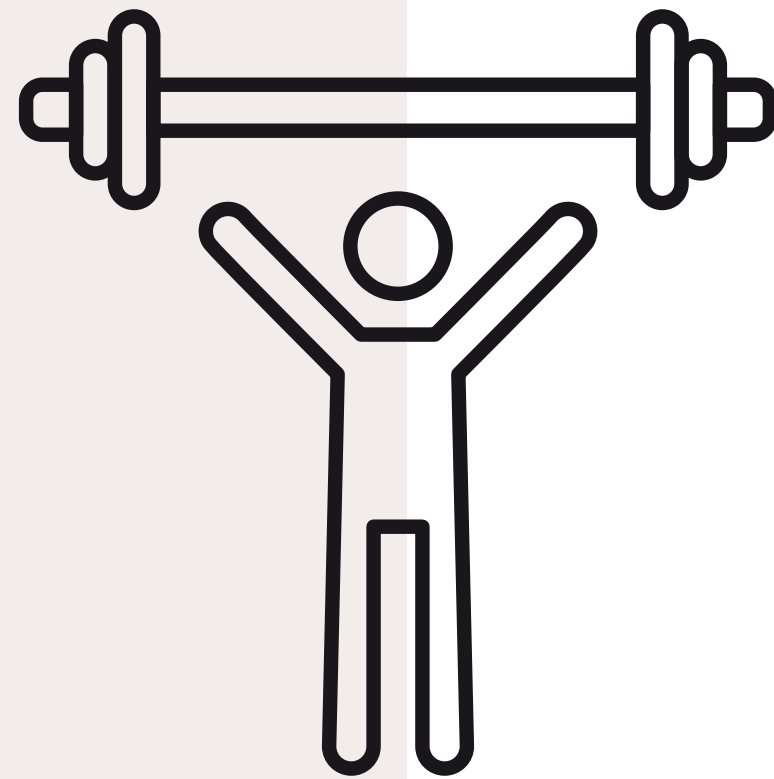


Trainingskapazität in der Cyccess®-Software



Trainingskompass in der Cyccess®-Software




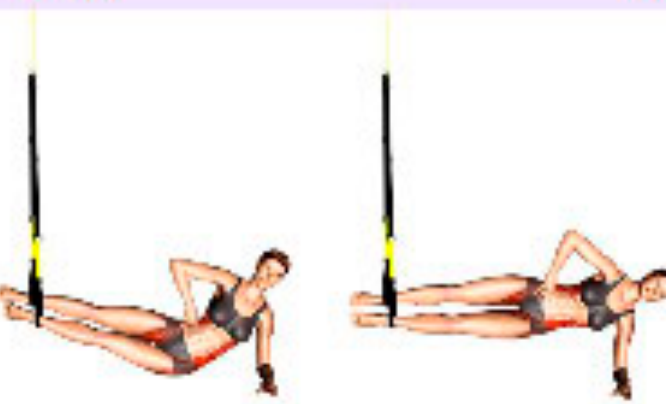





# OPTIMALER TRAININGSPLAN

- Genau berechneter Trainingsplan
- Weniger Training – **mehr Effekt**
- Nachhaltige Trainingswirkung



# OPTIMALER TRAININGSPLAN

|   |   |   |
|---|---|---|
| <p><b>Hip-Bridge</b></p> <p>Serie(n) <b>2 x 15</b> WH</p>  <p>Stab<br/>Belastungsbereich</p> <p>Schulterlage, Bein angewinkelt - Becken nach oben</p> | <p><b>Side-Bridge</b></p> <p>Serie(n) <b>2 x 15</b> WH</p>  <p>Stab<br/>Belastungsbereich</p> <p>gerader Seitstütz - Becken senken und heben</p> | <p><b>Supine-Crunch</b></p> <p>Serie(n) <b>2 x 15</b> WH</p>  <p>Stab<br/>Belastungsbereich</p> <p>Armstütz, Füße in Schlaufen</p> |
| <p><b>Cardio</b></p> <p><b>10 Min.</b></p>  <p>GB 60-70%<br/>Belastungsbereich</p> <p>Laufband, Stepper, Radergo</p>                                | <p><b>Cardio</b></p> <p><b>3 Min.</b></p>  <p>ÜB 70-80%HF<br/>Belastungsbereich</p> <p>Laufband, Stepper, Radergo</p>                          |   |

Trainingsplan in der Cycccess®-Software



# Begeisterte Anwender





# Begeisterte Anwender

CYCCCESS®



Cycccess-Center.  
Personal Trainer.





Fitnessstudios.  
Psychotherapie.

**Begeisterte  
Anwender**







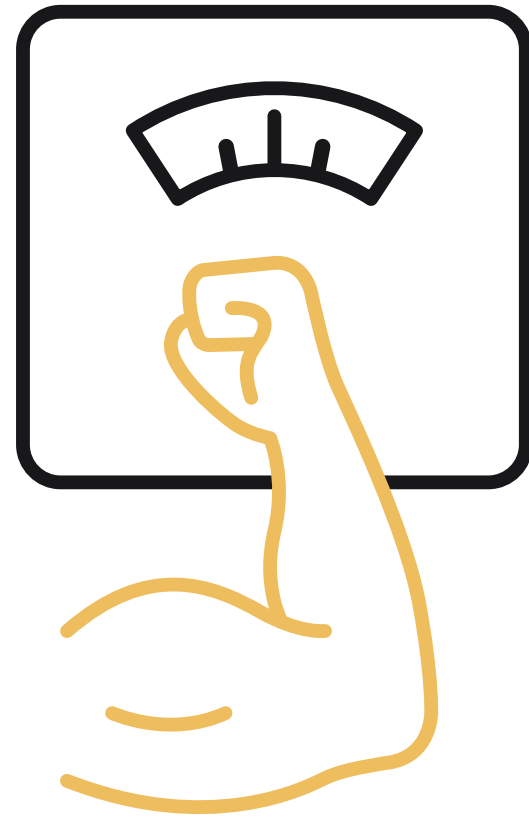
**In meiner 20 jährigen Trainertätigkeit durfte ich vom Kindertraining bis zu den olympischen Spielen und vom Fitnesssport bis zum psychotherapeutischen Trainingsupport zahlreiche Menschen auf dem Weg zu ihrem Ziel begleiten.**

Egal ob Marathon, Return to Play oder dem Finden einer Life-Balance – das „Erfolgsgeheimnis“ funktioniert in allen Bereichen nach demselben Prinzip und liegt in „Kunst der richtigen Dosierung und Steuerung“, wie sie nur durch Cyccess ermöglicht wird.“

**Mag. Robert Treitinger**

Trainer, Fitnessexperte, Life-Balance-Coach





**Sind Sie bereit?**







**W** [www.cycccess.com](http://www.cycccess.com)

**E** [office@spsport.at](mailto:office@spsport.at)

**T** +43 664 5421698