

► Gray-Officeworkouts

## Gesundheit ist Lebensfreude

Seit fast zwei Jahren erfolgreich auf dem Markt betreut die Firma Gray-Officeworkouts sowohl Fitnessanlagen als auch Firmen und private Kunden. Der Firmeninhaber Martin Gray ist als Diplom-Sportlehrer bereits seit sechs Jahren in der Fitnessbranche tätig. Seine fachübergreifenden Fortbildungen zum Professional-Personal-Trainer, Metabolic-Typing-Berater und Master-Rücken-Coach ermöglichen ihm, individuelle und maßgeschneiderte Gesundheitskonzepte zu erstellen.

Die beunruhigenden Statistiken über den aktuellen Gesundheitszustand der Bevölkerung haben den Unternehmer dazu bewogen, die Ziele und die Zielgruppe von Gray-Officeworkouts neu zu definieren. Die Schwerpunkte der Arbeit liegen nun auf Rückenprävention, der

Unterstützung des Herz-Kreislaufsystems und der Gewichthsoptimierung. Hier bietet Gray seinen Mandanten die Möglichkeit, sich verschiedenen Tests zu unterziehen, um anhand derer ein längerfristiges Konzept der sportlichen Betreuung zu entwickeln. Wichtig ist der Gray-Office-Workouts, den Mandanten zeitliche und räumliche Flexibilität zu gewährleisten und eine persönliche Atmosphäre zu schaffen.

Die Firma arbeitet zudem eng mit einer Privatpraxis für Gesundheit und Prävention, dem Laktat-Team Deutschland sowie dem Dr. Wolf Rückenfitness Zentrum und sämtlichen Krankenkassen, die die Präventionsmaßnahmen unterstützen, zusammen.

[www.gray-sport.de](http://www.gray-sport.de)



*Zum Service von Gray-Officeworkouts gehört auch eine Eins-zu-eins-Betreuung sowie auf den individuellen Tagesablauf abgestimmte Trainingskonzepte.*

*Foto: Gray-Officeworkouts*