

PRESSEMITTEILUNG

Fitness, Food & Fashion: STARTSCHUSS FÜR DIE VIERTE AUSGABE DER URBAN FIT DAYS® IN BERLIN!

In ein Paar Wochen gehen die URBAN FIT DAYS® mitten im Herzen der Hauptstadt zum vierten mal an den Start.

Mit den Planungen darf offiziell begonnen werden, denn das Programm, welches vor Vielfalt, Abwechslung und Spaß nur so sprudelt, steht fest und ist einzigartig in dieser Kombination. Ihr dürft gespannt sein auf eine Mischung aus Sport, Trends, Fashion, Food & Talks im SEZ_BERLIN.

Noch gibt es Tickets im Vorverkauf.

Am 14. & 15. September 2019 dreht sich auf den URBAN FIT DAYS® im SEZ_BERLIN alles um Sport, Lifestyle, Trends, Workouts, Ernährung, Movement, Barre, Yoga & Life - Balance – gespickt mit bestem Food & Getränken. Wie komme ich gesund, munter und fit durch den Alltag? Was kann ich für mein körperliches und inneres Wohlbefinden tun? Was sind die angesagtesten Neuheiten auf dem Markt und wo finde ich überhaupt Anlaufstellen für meine ganz eigenen Bedürfnisse? All das lässt sich in einzigartiger Atmosphäre mit Gleichgesinnten und der sportlichen Community Berlins an zwei Tagen erleben: dafür sorgen über 50 innovative Brands, 120 kostenlose Workouts, Workshops und Talks sowie allerhand kulinarische Köstlichkeiten auf dem Fit Food Market.

Das Programm wird Step-by-Step bekannt gegeben, deshalb empfiehlt es sich, sich regelmäßig auf unseren Kanälen zu informieren. Angekündigt und voller Vorfreude werden sich folgende professionelle Athleten, Personal Trainer & Coaches als auch Speaker für euch auf den Weg ins SEZ_BERLIN machen:

BB Thomaz, Tim Wacker, die Pürzel-Brüder, Patrick Meinart, Johannes Kwella, Elisha Crowd, Yannik Garling, Kofi Prah, Pascal Heymann, Niklas Jauch, Philipp Berger, Kati Blödorn, Nadine Gina, Minhtwo, Petair u.v.m.

Weitere Fitness-Programmanbieter wie z.B. **BREAKLETICS**, **LES MILLS** und die **FLYING STEPS** werden euch mit Ihren auf Bewegung und Koordination ausgelegten Workouts zu treibenden Beats den nächsten Clubabend überflüssig machen lassen.

Die Gründer der größten Berliner Calistenics Community ‚**Barliner Workouts**‘, werden Ihre Techniken und Skills für einen massiven Muskelaufbau mittels eigenem Körpergewicht an den Barres vermitteln.

Getoppt wird dies bei den **FREESTYLE SHOWS** und den **CALI GAMES 2019**, bei denen international Athleten gegeneinander antreten.

Die Urban Fit Days sind ein Projekt der Amüsierkombinat GmbH.

Amüsierkombinat GmbH
Volkmarstr. 1-7, 12099 Berlin
Fon 030 44 32 33 -30, Fax -55
Geschäftsführer: Stephan Ritter

www.urban-fit-days.de
aussteller@urban-fit-days.de
IBAN: DE84 1208 0000 0213 3064 00
BIC: DRESDEFF120, Commerzbank

Steuer-Nr.: 29/198/06929
USt.-IdNr.: DE 255877249
Amtsgericht Charlottenburg
HRB 105268B



PRESSEMITTEILUNG

An die Grenzen geht es bei **Wod_Up, Berlin'** – der Team-Crossfit-Competition schlechthin: hier zählt Teamwork, denn am Ende kann es nur ein Team geben, welches als das fitteste ausgezeichnet wird.

Dieses Jahr das erste Mal auf den URBAN FIT DAYS® ist das **SPITFIRE GYM**. Die Spezialisten im Martial Arts Fitness werden euch in die Geheimnisse des systematischen Trainings einweihen und drüber hinaus motivieren und helfen den positiven Wechsel zu physischer als auch mentaler Fitness in eurem Leben Einzug halten zu lassen. Den Abschluss am Samstagabend macht die Hausgala mit Showkämpfen der Lokalmatadoren. Es darf angefeuert und mitgefiebert werden!

Natürlich geht es bei den URBAN FIT DAYS® auch um geistige Impulse und Anreize. In der **ACADEMY** werden Talks und Panels zu den Themen Leistungssteigerung & Doping, Sleep & Recovery angeboten. Darüber hinaus wir informiert, aufgeklärt und sich ausgetauscht.

Abgerundet werden die URBAN FIT DAYS® durch das Erlebnis für alle Sinne: nicht nur auf dem Fit Food Market, wo Superfood und die neusten gesunden Trends auf die Besucher warten, sondern auch im Ausstellerareal in welchem die aktuellsten Fashion & Styles im Bereich Sports Gear gezeigt werden.

Tickets sind aktuell über die offizielle Website der Urban Fit Days erhältlich. Wer einfach nur neugierig ist und mal hereinschnuppern möchte, der kann sich ein **INSPIRE One Day Ticket** bereits ab 5,00 Euro sichern. Wer richtig einsteigen, schwitzen, aktiv sein oder sich einfach nur fortbilden möchte, der kann sich ein **EXPERIENCE Early Bird One Day Ticket** ab 31,50 Euro oder ein **ACADEMY Ticket** ab 21,00 Euro sichern.

URBAN FIT DAYS®
Sa. 14. & So. 15. September 2019
Jeweils von 9:00-20:00 Uhr
Im SEZ, Berlin-Friedrichshain
Landberger Allee 77
10249 Berlin

www.urban-fit-days.de
facebook.com/UrbanFitDays
instagram.com/urbanfitdays

Pressekontakt:
presse@urban-fit-days.de

Die Urban Fit Days sind ein Projekt der Amüsierkombinat GmbH.

Amüsierkombinat GmbH
Volkmarstr. 1-7, 12099 Berlin
Fon 030 44 32 33 -30, Fax -55
Geschäftsführer: Stephan Ritter

www.urban-fit-days.de
aussteller@urban-fit-days.de
IBAN: DE84 1208 0000 0213 3064 00
BIC: DRESDEFF120, Commerzbank

Steuer-Nr.: 29/198/06929
USt.-IdNr.: DE 255877249
Amtsgericht Charlottenburg
HRB 105268B