

En lilla ku

Hvordan har Fitness Xpress oppnådd sin voldsomme suksess? Og hva skal overskriften bety?

Tekst: Pia Tveterås Foto: Kyrre s. Kristoffersen

Ærlig og effektivt

– Vi tror samfunnet er lei av spam, erklærer Hasse Hoftvedt, hjernen bak treningssenteret. Han refererer til e-post og sms-kampanjer, reklameplakater og brosjyrer på hvert gatehjørne.

– Det skal ikke være nødvendig å plage folk. Istedenfor å forsøke å stjele kunder eller lokke og lure med falske kampanjer, vil Fitness Xpress tilby et rimelig, nyttig og tilfredsstillende konsept.

– Vi fokuserer på kvalitet og å behandle medlemmer med respekt. Med tanke på kjedens økende popularitet, ser det ut til å fungere.

FACTS

NAME: Fitness Xpress

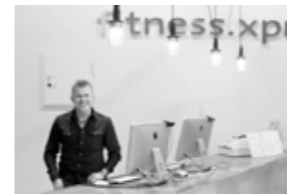
CONTACT: Pilestredet 75C

Entrance at nr. 45, 3rd floor

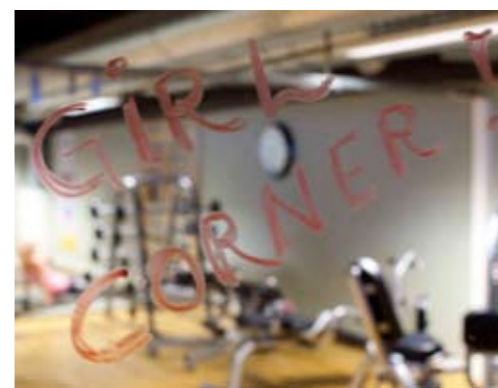
Tel: 22 444 555

www.fitnessxpress.no

INFO: Fitness Xpress has become an extremely popular gym, with its low prices, good locations and quality equipment. Try boxing, vibration training, boot camp, strength and cardio-machines. Personal trainers are also available.



Hasse Hoftvedt, hjernen bak Fitness Xpress.



Alternativ trening

Hva har så senteret å by på? I tillegg til kolossale rom med vifter for god ventilasjon, apparater og utstyr, kan man slå seg løs i bokseringen eller melde seg på boot-camp. Hasse skryter også av vibrasjonstrening – en form utviklet i forbindelse med romfart. Astronauter mister vanligvis store mengder muskelmasse i vektløs tilstand. Derfor ble det oppfunnet stimulerende apparater som sender impulser til muskulaturen.

– Mange synes det er vanskelig å gi alt hver økt, men få har krefter til å holde ut i mer enn 30-50 sekunder per vibrasjonsøvelse. Trening trenger ikke ta voldsomt med tid, så lenge det gjøres effektivt. Vibrasjonstrening anbefales ikke mer enn to ganger i uka. Kroppen trenger restitusjon, og hver muskelgruppe bruker vanligvis 48 timer på å hente seg inn. Dersom du er jente, og synes det er flaut å bruke 1/10 av vekten mosjonisten ved siden av deg løfter, eller ikke vil svette, rødme og pese i guttas nærvær, finnes det et eget "Girl Corner". Spør gjerne det kvalifiserte personellet om hjelp hvis det er noe du lurer på. Personlige trenere kan også gi råd innen kosthold eller skreddersy programmer så du når dine mål.

“Vi tror samfunnet er lei av spam.”



Hos Fitness Xpress betaler man 299,- de første 9 månedene. Som takk for lojaliteten synker prisen deretter til 199,- per måned.

Tilbake til tittelen...

– Hvis du ser en lilla ku, blir du nødt til å fortelle alle vennene dine om det. Ikke sant?, spør Hasse.

– Vi ønsker det samme med vårt produkt. Det skal være så spesielt og spennende at alle snakker om det. Fitness Xpress har valgt å bruke lite penger på markedsføring, og stoler heller på at fornøyde kunder tipser hverandre. Gjennom internett kan man tilegne seg kunnskap og sammenlikne priser. Hos Fitness Xpress betaler man 299 kroner de første 9 månedene. Som takk for lojaliteten synker prisen deretter til 199 kroner per måned. Studenter får også egne tilbud gjennom SIO.

Folk er forskjellige, men Fitness Xpress konsentrerer seg om å tilby det som behøves, der det behøves. I tillegg til å forhandle om mer plass midt på Bislett, planlegger kjeden å åpne lokaler ved Storo neste år, samt Røa høsten 2011. Studioet på Hasle har også flyttet til større, luftige lokaler. Innmelding krever ingen bindingstid, men gir du Fitness Xpress en sjanse, blir du nok trofast uansett. ■