

LES MILLS

# LES MILLS EQUIPMENT

SMARTES GRUPPENTRAINING



# WAS IST LES MILLS EQUIPMENT?

LES MILLS Equipment wurde entwickelt, um euren Mitgliedern zu helfen, ihre Leistung zu optimieren.



Es verbessert das Trainingserlebnis, hilft den Mitgliedern, schneller bessere Ergebnisse zu erzielen und macht das Training angenehmer.



Freude am Training sorgt dafür, dass eure Mitglieder motiviert bleiben und immer wieder kommen.

LES MILLS Equipment wurde von Produktingenieur\*innen, Physiotherapeut\*innen und weltweit führenden Anbietern von Gruppentrainings entwickelt und ist unübertroffen. Jedes SMART TECH Produkt wurde entwickelt, um die Einschränkungen herkömmlicher Fitnessgeräte zu überwinden und eine beispiellose funktionale Leistung, Langlebigkeit und Ästhetik zu bieten.

Mit LES MILLS Equipment in eurem Studio verbessert ihr das Trainingserlebnis für eure Mitglieder und Instruktor\*innen. Es unterstützt eure Bedürfnisse in den Bereichen Einzeltraining, Kleingruppentraining und Gruppentraining und spielt eine entscheidende Rolle bei der Mitgliederbindung und -zufriedenheit.



# WARUM LES MILLS EQUIPMENT?

## BINDUNG UND GEWINNUNG VON MITGLIEDERN

Mitglieder, die an LES MILLS-Workouts teilnehmen, bleiben euch als Mitglied 50 % länger treu, als diejenigen, die nur auf der Fläche trainieren. LES MILLS Equipment verbessert das Trainingserlebnis, was der Schlüssel zur Bindung und Gewinnung von Millennials und der Generation Z ist, die immerhin 80 % der zahlenden Studiogänger\*inne ausmacht.

Wenn eure Mitglieder mit LES MILLS Equipment trainieren, erzielen sie bessere Ergebnisse. Sie bleiben länger und empfehlen mehr Freunde weiter.

## ENTWICKELT FÜR BESSERES GRUPPENTRAINING

Gutes Equipment gehört zu den drei wichtigsten Kriterien, nach denen Menschen suchen, wenn sie ein Fitnessstudio besuchen. Die meisten Gruppentrainingsgeräte sind jedoch in der Regel 08/15. Bei der Entwicklung von LES MILLS Equipment wurden sowohl Erkenntnisse der Trainierenden als auch Einschränkungen herkömmlicher Fitnessgeräte berücksichtigt. Wir meistern aktuelle Herausforderungen mit Innovationen, um genau die richtigen Muskeln zu isolieren und ein verbessertes Trainingserlebnis zu bieten – mit schnelleren Übergängen, verbessertem Komfort und mehr Spaß. Mit LES MILLS Equipment in eurem Studio werden die von euch angebotenen Workouts noch besser.

## LANGFRISTIGER NUTZEN

LES MILLS Equipment wurde für eine intensive Nutzung und die hohen Anforderungen eines stark frequentierten Kursraumumfelds konzipiert. Durch seine ausgezeichnete Beständigkeit und herausragende Funktionalität hat es sich in Fitnessstudios weltweit bewährt und ist eine sehr kosteneffiziente Lösung. Die Garantieleistung gibt zusätzliche Gewissheit, dass dieses Equipment eine langfristige Investition ist, die über viele Jahre erstklassige Resultate liefert.

# DIE SMARTE WAHL FÜR EURE MITGLIEDER

## INNOVATION IN HOCHFORM

Jedes Produkt zeichnet sich durch clevere Innovationen aus, die die Grenzen anderer Fitnessgeräte sprengen. Dieses hochmoderne Equipment wird aktuell von 700.000 Trainierenden verwendet und hat sich in Fitnessstudios weltweit bewährt.

## ERGONOMISCH ERSTKLASSIG

Von Physiotherapeut\*innen und Fitnessexpert\*innen entworfen, verbessert unser Equipment die Technik und optimiert die Körperhaltung. Speziell für die menschliche Anatomie entwickelt, liefert es ein intuitives und effektives Trainingserlebnis. Das Equipment ermöglicht es Trainierenden, ihre Fitnessziele zu erreichen. Bei maximalem Komfort wird dabei das Verletzungsrisiko minimiert.

## UNSCHLAGBARE QUALITÄT – FÜR DEN DAUERHAFTEN EINSATZ

Die Qualität von LES MILLS Equipment ist außerordentlich. Es wurde für eine intensive Belastung und die hohen Anforderungen eines stark frequentierten Kursraumumfelds entwickelt. Die Qualität ist das Ergebnis eines rigorosen Prozesses von der Entwicklung über die Prototypen-Fertigung und Tests bis zur Feinabstimmung und der Durchführung weiterer anspruchsvoller Testszenerarien. So ergibt sich eine der niedrigsten Ausfallraten der Branche.

Mitglieder, die LES MILLS Equipment verwenden, können sicher sein, mit den besten Produkten zu trainieren.



# LES MILLS SMARTBAR UND GEWICHTSSCHEIBEN

ENTWICKELT FÜR

LES MILLS  
**BODYPUMP**

LES MILLS  
**GRIT**

LES MILLS  
**CORE**

LES MILLS  
**tone**

LES MILLS  
**CEREMONY**

Die SMARTBAR™ Hantelstange und die Gewichtsscheiben finden auch in ausgewählten **Innovation Collection**-Programmen Verwendung.

„Die Langhantel ist wirklich die beste!...Sie liegt gut in der Hand und ist einfach zu verwenden. Die Gewichtsscheiben lassen sich schnell und einfach einklicken und austauschen. Sie sind auch als Kurzhanteln geeignet und leicht zu

verstauen.“

KELSEY E.



# LES MILLS SMARTBAR

Innovation, die die Messlatte höher legt. Für höchste Performance und maximale Ergebnisse.

Die neueste SMARTBAR von Les Mills setzt in der Branche den Maßstab für effektives Fitnesstraining. Die SMARTBAR ist ein Vorreiter in Sachen Innovation und Design. Sie wurde für ein effizientes Training entwickelt und löst Probleme herkömmlicher Hanteln auf. Sie sorgt für eine verbesserte Übungsausführung, garantierte Resultate und mehr Spaß beim Training.

- Patentierter Gator-Verschluss aus hochleistungsfähigem Kunststoff
- Aluminiumstange mit ionisierter Schutzbeschichtung, die für längere Haltbarkeit und Kratzschutz sorgt
- Gewichtsscheiben aus Gusseisenkern, der mit einem geruchsarmen und abriebfesten TPE beschichtet ist, um Schutz und Haltbarkeit zu gewährleisten
- Strengste Belastungstests sorgen für eine lange Lebensdauer, sodass sich Mitglieder sicher fühlen und ihr Training mit gutem Gefühl absolvieren können. Unsere Produkte überstehen nachweislich\* mindestens 80.000 Stürze.
- SMARTBAR Garantie: 3 Jahre



[VIDEO ZUR SMARTBAR ANSEHEN](#)



[VIDEO ZU GEWICHTSSCHEIBEN ANSEHEN](#)



[VERWENDUNG DER SMARTBAR LANGHANTEL](#)

**LES MILLS**



\*Die Tests wurden auf die angegebene Anzahl von Wiederholungen begrenzt.

# LES MILLS SMARTBAR

## Alleinstellungsmerkmale

### 1 ANTI-RUTSCH-BESCHICHTUNG

Für mehr Komfort und einen sichereren Griff bei der Verwendung als Hantel oder anstelle einer Kettlebell.

### 2 ERGONOMISCHER GRIFF

Die Gewichtsscheiben können auf die SMARTBAR gesteckt oder als Kurzhantel verwendet werden.

Die ergonomische Form des Griffs ermöglicht das Halten mehrerer Scheiben in einer Hand und sorgt für einen komfortablen Griff.

### 3 KEIN WEGROLLEN

Die kantige Form der Scheibe verhindert, dass die SMARTBAR zwischen den Trainingseinheiten wegrollt.

### 4 DREHBARE ENDSTÜCKE

Drehbare Endstücke sorgen für für noch geschmeidigere Bewegungen, verbesserte Form und effektive Muskelisolierung – für eine erhöhte Performance.

### 5 PATENTIERTE GATOR-VERSCHLUSS MIT ENTSICHERUNG

Durch den einzigartigen Gator-Verschluss klappt der Wechsel der Gewichtsscheiben noch schneller und reibungsloser. Durch Ziehen am roten Verschluss lassen sich die Gewichtsscheiben spielend leicht lösen, austauschen, und lösen. Keine losen, wackeligen Gewichtsscheiben mehr.

### 6 SCHNELLE UND EINFACHE VERBINDUNG OHNE CLIP

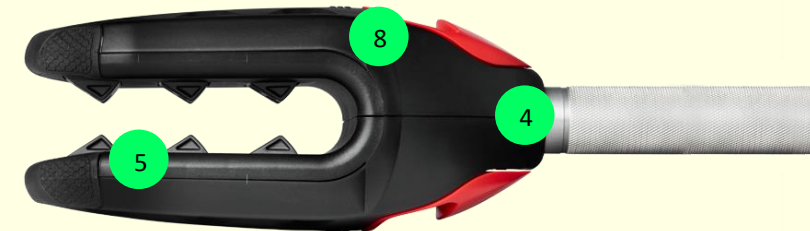
Das Gewicht kann schrittweise erhöht werden. So trauen die Mitglieder sich mehr zu und erzielen bessere Ergebnisse.

### 7 OPTIMALER DURCHMESSER

Hantelstange und Griffe der Hantelscheiben mit ergonomisch optimalem Durchmesser (27 mm). Verminderte Ermüdung von Hand und Unterarm, die korrekte Muskelaktivierung und -technik werden unterstützt.

### 8 HOCHWERTIGE MATERIALIEN UND VERARBEITUNG

Alle Innen- und Außenteile werden nach hohen Qualitäts- und Sicherheitsstandards gefertigt. Sie erfüllen höchste Ansprüche an Langlebigkeit und Zweckmäßigkeit. Bewährt in stark frequentierten Kursraumumfeld.



# LES MILLS SMARTBAR

Kaufoptionen

[JETZT KAUFEN](#)



SMARTBAR HANTELSTANGE  
2,6 kg (131 x 13,1 x 9,1 cm)



GEWICHTSSCHEIBEN (SET)  
1 kg (18 x 3,4 x 18 cm)  
2,5 kg (21 x 3,4 x 21 cm)  
5kg (27 x 3,4 x 72 cm)



GEWICHTSSCHEIBEN (EINZELN)  
1 kg (18 x 3,4 x 18 cm)  
2,5 kg (21 x 3,4 x 21 cm)  
3,7 kg (24 x 3,4 x 24 cm)  
5 kg (27 x 3,4 x 27 cm)  
7,5 kg (31 x 3,4 x 31 cm)  
10 kg (33 x 3,5 x 33 cm)



SMARTBAR RACK  
50 kg (140,5 x 53 x 31 cm)  
Platz für 12 x SMARTBAR Sets +  
Zusatzgewichte. Verschlussystem  
(Locking System) separat erhältlich.



WANDHALTERUNG  
Jede Halterung bietet Platz für zwei  
SMARTBAR Langhanteln oder 4  
Gewichtsscheiben beliebiger Größe (bei  
vorschriftsmäßiger Montage).

# LES MILLS SMARTSTEP

ENTWICKELT FÜR

LES MILLS  
**BODYPUMP**

LES MILLS  
**GRIT**

LES MILLS  
**BODYSTEP**

LES MILLS  
**CEREMONY**

Der LES MILLS SMARTSTEP™ wird auch in einigen anderen LES MILLS Programmen verwendet und eignet sich für Freestyle-Workouts.



# LES MILLS SMARTSTEP


Mehr aus jedem Schritt herausholen – mit dem platzsparenden, vielseitigen All-in-One-Step.

Basierend auf fundierten Erkenntnissen und biomechanischer Analyse übertrifft dieser innovative Step die Konkurrenz in jeder Hinsicht – Funktionalität, Leistung, Komfort, Nachhaltigkeit, Stil und Lagerung\*.

- Integrierte Erhöhungen und die „Click-to-Rise“-Funktion ermöglichen es Kursteilnehmenden, ihr Training schnell und einfach zu intensivieren (oder zu reduzieren).
- Die Plattform wurde so konzipiert, dass sie eine stärkere Muskelaktivierung und höhere Flexibilität bietet – sie federt dynamisch und reduziert die Belastung für die Gelenke.
- Stapelfähig, platzsparend und vielseitig – dieser kompakte Step wertet jeden Kursraum optisch auf.
- Hergestellt aus langlebigen, leistungsstarken Materialien – für ein sicheres Gefühl und das nötige Selbstvertrauen beim Training. Ihre Investition ist auf Langlebigkeit ausgelegt.
- Garantie für LES MILLS SMARTSTEP = 3 Jahre

*\*Basierend auf einer unabhängigen Studie vom März 2025, bei der 100 % der Teilnehmenden den LES MILLS SMARTSTEP in allen Kategorien als ihren Lieblingsstep unter den getesteten Optionen bewerteten.*

 [SMARTSTEP VIDEO ANSEHEN](#)

 [ANLEITUNG ZUR VERWENDUNG DES SMARTSTEP](#)

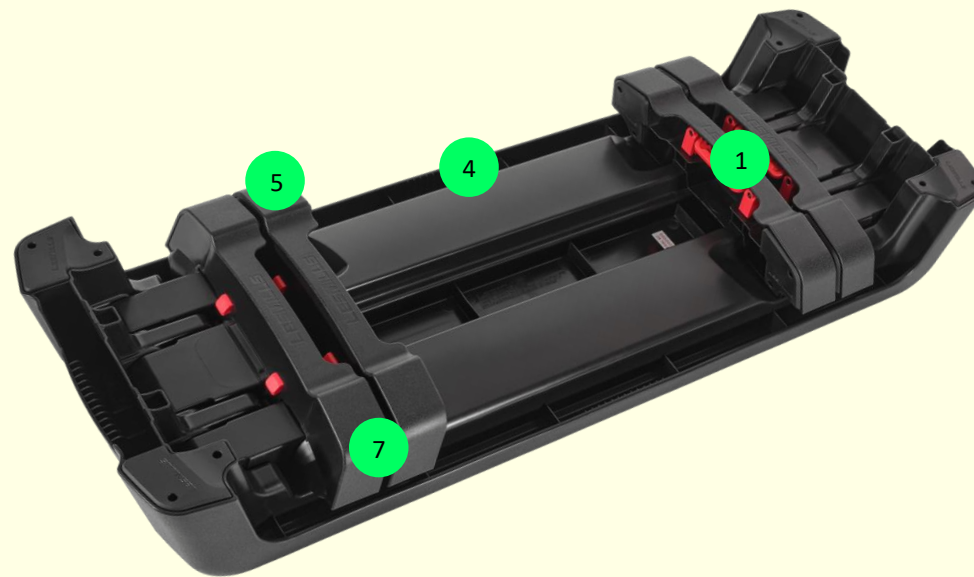
**LES MILLS**



# LES MILLS SMARTSTEP

## Alleinstellungsmerkmale

- 1. „CLICK-TO-RISE“-FUNKTION**  
Ein innovatives Verriegelungssystem für die Erhöhungen ermöglicht schnelle und einfache Höhenwechsel während des Workouts – ganz ohne zusätzliche Teile.
- 2. STABILER STAND**  
Die multidirektionale Oberfläche sorgt für sicheren Halt unter den Füßen sowie Komfort für Rücken und Hände bei Bankübungen.
- 3. CLEVERE FORM**  
Optimiert für maximale Nutzfläche und Stabilität – für mehr Sicherheit.
- 4. MEHR FLEXIBILITÄT**  
Tests zeigen eine erhöhte Federung, was zu stärkerer Muskelaktivierung bei gleichzeitig geringerer Gelenkbelastung führt.
- 5. INTEGRIERTE ERHÖHUNGEN**  
Das All-in-One-Design erleichtert die Handhabung und spart Lagerplatz.
- 6. HÖRBARES EINRASTEN**  
Das hörbare „Klicken“ bestätigt, dass die Erhöhungen eingerastet sind – für ein sicheres Training.
- 7. MEHRERE HÖHENOPTIONEN**  
Drei wählbare Höhen – einfacher Wechsel zwischen den Levels. Kann sogar als Schrägbank verwendet werden.
- 8. LEICHT UND WENIGER PLASTIK**  
Entwickelt mit reduziertem Kunststoffanteil – ohne Leistungseinbußen.
- 9. ROBUST UND LANGLEBIG**  
Hergestellt nach höchsten Qualitäts- und Sicherheitsstandards – getestet und bewährt für anspruchsvolle Kursraumeinsätze.



# LES MILLS SMARTSTEP

Kaufoptionen

JETZT  
KAUFEN



SMARTSTEP  
7,9 kg (101 x 36,4 x 15 cm)



SMARTSTEP Rack: Basis-Einheit 53 x 97 x  
174 cm (B x T x H)

Platz für 8 SMARTSTEPS. Die schräge  
Lagerung sorgt für Sicherheit und  
einfache Handhabung.



SMARTSTEP Rack: Erweiterungs-Kit  
89 x 97 x 174 cm (B x T x H)<sup>1</sup>

Erweitert die Lagerkapazität auf 16  
SMARTSTEPS durch Kombination von  
Basis-Einheit und Erweiterungs-Kit (8  
Steps pro Seite).



SMARTSTEP Rack: Rollen-Kit

Ersetzt die FüÙe des Racks durch  
feststellbare Rollen – für einfaches  
Bewegen.

<sup>1</sup> Maße für Basis-Einheit + Erweiterungs-Kit.

# LES MILLS SMARTBAND

ENTWICKELT FÜR

LES MILLS **CORE** LES MILLS **tone** LES MILLS **CEREMONY**

Das LES MILLS SMARTBAND™ findet auch in speziellen  
Innovation Collection-Programmen Verwendung.

„Man muss es einfach haben. ...es hat genau den richtigen Widerstand für ein anspruchsvolles  
Training. Die Griffe sind stabil und liegen gut in der Hand.  
Besonders gefällt mir, dass das Band flach ist. So rutscht es mir beim Training nicht von den Füßen.“

NANETTE M.




# LES MILLS SMARTBAND

Innovatives Widerstandstraining basierend auf Insights und revolutionären Erneuerungen.

Das LES MILLS SMARTBAND wurde unter Verwendung fortschrittlicher neuer Materialien entwickelt und ist wissenschaftlich so konzipiert, dass es die volle Intensität, Flexibilität und Bewegungsfreiheit selbst bei den technisch anspruchsvollsten Workouts ermöglicht.

- Durch das flache Design, den Materialien und der Konstruktion ist ein gleichmäßiger Widerstand gegeben, der mit mehr Zugkraft nicht zunimmt. Benutzer können Muskeln so gezielter ansprechen und sich besser auf die Technik konzentrieren.
- Aus hochwertigem TPE hergestellt und auch für Personen mit Latexallergien sicher.
- Die leicht elastischen Griffe mit verbesserter Griffigkeit garantieren ein besseres Trainingserlebnis und mehr Komfort als starre Griffe.
- Strengste Belastungstests sorgen für eine lange Lebensdauer, sodass sich Mitglieder sicher fühlen und ihr Training mit gutem Gefühl absolvieren können. Das Band kann nachweislich\* mindestens 45.000 Mal gedehnt werden.
- LES MILLS SMARTBAND Garantie = 1 Jahr

 [VIDEO ZUM LES MILLS SMARTBAND ANSEHEN](#)

 [VERWENDUNG DES LES MILLS SMARTBANDS](#)

**LES MILLS**

\*Die Tests wurden auf die angegebene Anzahl von Wiederholungen begrenzt.



CHOOSE HAPPY

# LES MILLS SMARTBAND

## Alleinstellungsmerkmale

### 1 LES MILLS SMARTBAND

Ein Band mit rotem Griff und leichtem bis mittlerem Widerstand.

### 2 LES MILLS SMARTBAND EXTREME

Ein Band mit schwarzem Griff und mittlerem bis starkem Widerstand.

### 3 KONSISTENTER WIDERSTAND BEI JEDER DEHNUNG

Der Widerstand ändert sich durch das Dehnen des Bandes nicht. So wird eine größere Bewegungsfreiheit und verbesserte Technik ermöglicht, die Muskeln werden gezielter angesprochen.

### 4 KOMPRESSIONSGRIFF

Leicht elastische Griffe und verbesserte Haftung bieten Komfort bei der Handhabung (auch wenn zusätzlich eine Gewichtsscheibe gehalten wird) und sicheren Halt bei der Verwendung im Stehen.

### 5 FLACHE BANDPROFIL

Im Gegensatz zum Schlauchdesign sind Probleme bei der Fixierung und das Wegrollen kein Thema.

### 6 SICHER VERBUNDEN

Schaft und Griff sind sicher miteinander verbunden und sorgen so für bessere Funktionalität, Beständigkeit und längere Lebensdauer.

### 7 FREIE BEWEGUNG

Das hochwertige Nylongewebe entlang der Mittellinie bietet Bewegungsfreiheit und verbesserte Funktionalität beim Ausführen unterschiedlicher Bewegungen.

### 8 EINFACHES AUSRICHTUNG

Durch die strategische Platzierung des LES MILLS Logos ist die mittlere Position im Training einfach und schnell zu erkennen.

### 9 KOMBINIERBAR MIT GEWICHTEN

Die Griffe lassen sich mit der SMARTBAR verbinden (und können auch neben den Gewichtsscheiben eingeklickt werden).

### 10 STARK UND LANGLEBIG

Getestet und erwiesen langlebig.



# LES MILLS SMARTBAND

Kaufoptionen

[JETZT KAUFEN](#)



LES MILLS SMARTBAND  
GERINGER BIS MITTLERER WIDERSTAND  
0,215 kg (1.230 x 25 x 4 mm)



LES MILLS SMARTBAND EXTREME  
MITTLERER BIS STARKER WIDERSTAND  
0,215kg (1.230 x 25 x 4 mm)



LES MILLS SMARTBAND RACK  
(30,6 x 12,6 x 13,1 cm)  
Mit optionaler Verriegelungslösung.

# LES MILLS MBX MAT

ENTWICKELT FÜR

LES MILLS  
**BODYPUMP**

LES MILLS  
**CORE**

LES MILLS  
**BODYBALANCE**

LES MILLS  
**tone**

LES MILLS  
**CEREMONY**

Die MBX™ MAT findet auch in speziellen  
Innovation Collection-Programmen Verwendung

„Ich hatte Probleme beim Core-Training, da andere Matten immer verrutschten und sich verzogen. Die LES MILLS MBX MAT bewegt sich nicht vom Fleck! Ideal für alle Bodenübungen. Eine totale Empfehlung.“

MICHELLE



## LES MILLS MBX MAT

Eine 2-in-1-Fitness- und Yogamatte,  
die den Ansprüchen des Gruppentrainings standhält.

Die MBX-Matte wurde für ein verbessertes Trainingserlebnis für Körper und Geist entwickelt. Sie ermöglicht optimale Trainingsleistung und ein angenehmeres Trainingserlebnis. Sie ist für die hohe Beanspruchung von Gruppenfitnesskursen ausgelegt.

- Durch das hochverdichtete PVC ist die Matte langlebig und hält einem häufigen Gebrauch stand.
- Zwei unterschiedliche Trainingsoberflächen in einer Matte
- Sie ist aus einem einzigen Material hergestellt, daher umweltfreundlich und kann so am Ende des Lebenszyklus leichter recycelt werden.
- MBX MAT Garantie: 1 Jahr



[VIDEO ZUR MBX MAT ANSEHEN](#)



[VERWENDUNG DER MBX MAT](#)

**LES MILLS**



CHOOSE HAPPY

# LES MILLS MBX MAT

## Alleinstellungsmerkmale

### 1 YOGA-OBERFLÄCHE

Die rote Seite bietet die perfekte Mischung aus Komfort und Stabilität – für ein Training ohne Schuhe.

### 2 FITNESS-OBERFLÄCHE

Die graue Seite ist strapazierfähig und für intensives Training ausgelegt – für die Verwendung mit Schuhen.

### 3 ZIELZONEN

Zielzonen für eine akkurate Körperausrichtung und Übungsausführung sowie optimale Performance beim Training.

### 4 OPTIMALER KOMFORT

Optimale Dicke unter Händen, Knien, Füßen und Ellbogen. Außerdem lässt sich die Matte für mehr Polsterung in der Mitte falten.

### 5 ÖSEN ZUR EINFACHEN AUFBEWAHRUNG

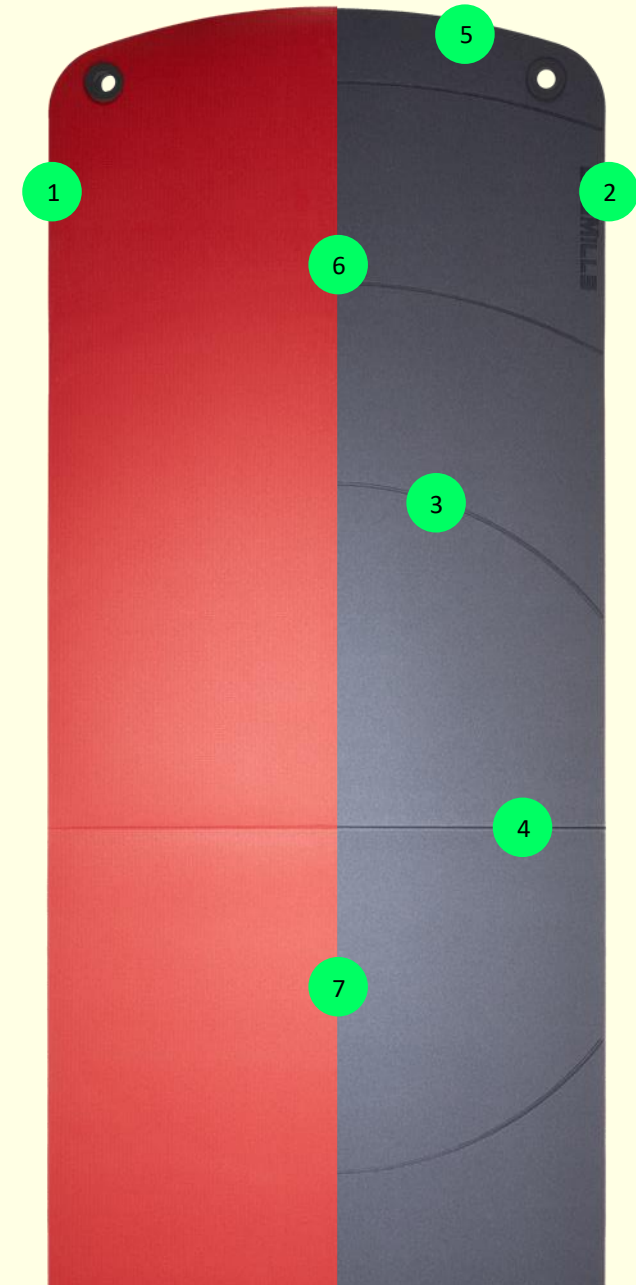
Langlebige, flache Ösen zur einfachen, platzsparenden Aufbewahrung.

### 6 RUTSCHFESTE BESCHICHTUNG

Optimierte Griffigkeit und verringerte Rutschgefahr, egal ob in nassem oder trockenem Zustand.

### 7 ROBUST UND LANGLEBIG

Auf Langlebigkeit getestet und praxiserprobt.



# LES MILLS MBX MAT

Kaufoptionen

[JETZT KAUFEN](#)



MBX MAT

2,1 kg (180 x 61 x 5 mm)



MBX MAT RACK

20,6kg (191 x 76 x 56 cm)

Pro Rack können 50 x MBX-Matten mühelos gelagert werden (25 Matten pro Seite). Durch die flache Lagerung bleiben die Matten sauber und trocken und der Platz wird optimal genutzt.

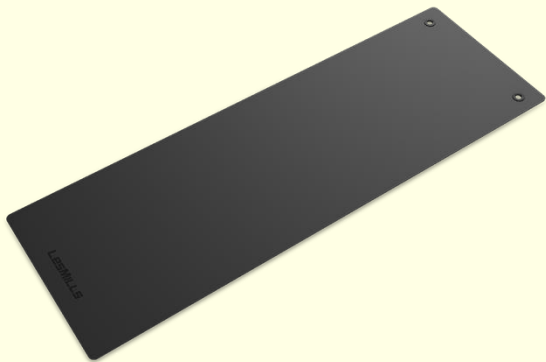
EINFACH ALLES  
FÜR EUREN KURSRAUM



# ZUBEHÖR FÜR OPTIMIERTES TRAINING

Eine Auswahl an Essentials zur Stärkung, Dehnung und Regeneration.

**JETZT KAUFEN**



## LES MILLS YOGAMATTE

Speziell für Yoga entwickelt, bietet diese Matte verbesserten Halt und hohen Komfort. Die weiche, rutschfeste Oberfläche aus veganem Leder bleibt auch bei Hitze und Schweiß sicher an Ort und Stelle. Die Unterseite aus Naturkautschuk sorgt für eine besonders angenehme Polsterung. Kann auf einem MBX Rack aufbewahrt werden.

Hergestellt mit einer Oberseite aus soft-to-uch Polyurethan und einer Unterseite aus Naturkautschuk. Die feuchtigkeitsableitende Oberfläche ist geruchsresistent und lässt sich leicht abwischen.

180 cm x 61 cm x 0,4 cm, ca. 2,45 kg



## LES MILLS SCULPT BANDS

Ein Set aus drei waschbaren Bändern in drei verschiedenen Widerstandsstufen: Light, Medium, Heavy. Die Bänder sind ein vielseitiges Zubehör für zahlreiche Workouts zur Stärkung, Dehnung und Regeneration.

Das weiche, strapazierfähige Material besteht aus Polyester, Baumwolle und Latex. Es ist angenehm auf nackter Haut. Die rutschfeste Innenseite aus Silikon und Gummi verhindert das Verrutschen oder Aufrollen des Bandes.

Jede Stoffbahn ist 6 cm breit und 31 cm lang (flach liegend); Durchmesser 62 cm

Widerstandsstärken: Light 12,7 kg, Medium 15 kg, Heavy 18,1 kg



## LES MILLS SLIDER-SET

Hergestellt aus strapazierfähigem, leichtem Kunststoff, bieten diese leistungsstarken Sliders eine effektive Möglichkeit, die Aktivierung von Core und Gesäßmuskulatur zu steigern und die Stabilität zu verbessern. Ideal für LES MILLS SHAPES™, Pilates, Yoga und Core-Training. Die Sliders ermöglichen eine sanfte Bewegung auf Teppich, Holzböden oder Fliesen.

Dieses Set aus zwei Sliders ermöglicht eine gleichmäßige, fließende Bewegung auf Teppich, Holzböden oder Fliesen.

Durchmesser 17,9 cm, Kunststoff 8,3 mm, Schaumstoff 5mm  
Geringes Gewicht 0,22 kg für Slider-Set



## LES MILLS FASZIENROLLE

Eine kompakte Rolle, ideal für Übungen zur Ganzkörperdehnung und Regeneration. Die strukturierte Oberfläche erhöht die Griffbarkeit und wirkt als Massage. Sie kann auch für Rehabilitationsübungen und zur Verbesserung der Körperbalance und Core-Kraft eingesetzt werden.

Die strukturierte Oberfläche besteht aus starkem, beständigem EVA-Schaum, verbessert die Griffbarkeit und hat eine massierende Wirkung.

Durchmesser 45 x 15 cm  
Geringes Gewicht 600 g

**LES MILLS**

# KREIERE SMARTE UND INSPIRIERENDE KURSRAUMUMGEBUNGEN

## GRÖSSER IST BESSER

Gruppentraining ist profitabler als Cardio- und Kraftbereiche. Gebt Group Fitness den Platz und die Aufmerksamkeit, die es verdient. Wenn ihr bei null anfangt, dann erst recht. Ist eure Einrichtung bereits fertiggestellt, könntet ihr überlegen, eine Wand zu versetzen, den vorhandenen Platz für die Equipment-Lagerung zu optimieren und die Bühne an die kürzeste Wand im Raum zu verlegen, um ungenutzten Raum zu minimieren.

## ERLEBNISRÄUME SCHAFFEN

Ihr solltet einen lebendigen und einladenden Kursraum bieten. Einen Ort, an dem Menschen sich wirklich gerne aufhalten. Die meisten fühlen sich von Holzböden, kahlen Wänden und raumhohen Spiegeln nicht angezogen. Schafft stattdessen einen Raum, der warm und inspirierend wirkt. Verbessert die Atmosphäre mit einer hochwertigen Audioanlage. Entscheidet euch für ein hervorragendes Soundsystem mit Mikrofon. Eure Mitglieder UND Instruktor\*innen werden es euch danken.

## FUNKTIONELL SOLL ES SEIN

Versetzt euch in die Lage eurer Mitglieder und gestaltet ihren Aufenthalt bei euch möglichst angenehm. Wählt

hochwertiges, vielseitiges Equipment und positioniert es in der Nähe der Eingänge und an den Seiten des Raums. Achtet darauf, dass der Kursraum mit den wichtigsten Grundlagen wie Wasser, Handtüchern und einer guten Belüftung ausgerüstet ist. Eine gute Luftqualität und angemessene Temperatur sind für eine angenehme Umgebung unerlässlich.

*Möchtet ihr weitere Tipps, wie ihr einen Kursraum für Gruppentraining schafft, der motiviert?*

[KONTAKTIERT UNS](#)



## KUNDENBEWERTUNGEN



4,8 basierend auf 1.099 Kundenbewertungen

“

Der deutlichste Indikator für den Erfolg von SMART TECH in unseren Studios ist die Kursauslastung: **Die Auslastung in Classes unter Nutzung von SMART TECH ist im Vergleich zu den meisten anderen Kursen um 12 % höher.**

Scott Niven  
Head of Fitness, UK

“

Mein Rat an andere Betreiber, die abwägen, ob die Ausgaben gerechtfertigt sind, lautet: **Kannst du es dir leisten, es nicht zu tun?**

Sharon Campbell  
Health and Fitness Manager, UK

“

Es ist super einfach in der Handhabung, was schnelle Wechsel in einer Class möglich macht. Über die Lagerung muss man gar nicht erst anfangen zu sprechen – könnte wohl nicht besser sein. **Ein großer Unterschied ist im SMARTBAND zu erkennen, in LES MILLS CORE sind sie der absolute Game Changer!**

Laura Boll  
Head of Group Fitness Management, Rückgrat  
Gruppe, DE

“

Der Wechsel zu SMART TECH Equipment wurde sehr positiv aufgenommen – unsere Mitglieder freuen sich immer über Neuerungen und Innovation. **Unsere Instruktoren haben sich natürlich auch gefreut, denn jeder Job macht viel mehr Spaß, wenn man professionelles Equipment hat.**

Alexandra Haase  
General Manager, Aspria Uhlenhorst, DE