

Besuchen Sie hier die [Webversion](#).



ELIXIA - Newsletter - Mai 2023



Liebe ELIXIA Freundinnen und ELIXIA Freunde,

der Mai ist da – mit ihm gibt es wieder einiges im Club zu erleben.

Unter anderem unsere traditionelle Maitanz-Party, Sonderkurspläne an Feiertagen und Saunaaufgüsse auch sonntags.

Viel Spaß
wünscht das ELIXIA Team Hellersdorf

**IHR SEID NICHT RUM GEEIERT,
SONDERN LOSGELAUFEN !!!**



„Hör auf rum zu eiern – lauf los!“ Das war unser Motto 11 Tage lang rund um Ostern. Wir gratulieren allen 106, die sich aufgemacht haben und Meter und Kilometer gesammelt haben.

Die ersten 3 bei den Damen:

1. *Meike mit 112 Kilometern*
2. *Kristina mit 85 Kilometern*
3. *Kerstin mit 67 Kilometern*

Die ersten bei den Herren:

1. *Paul mit 165 Kilometern*
2. *Volker mit 144 Kilometern*

3. Karsten mit 131 Kilometern

Insgesamt wurden 2702 Kilometer gelaufen.



Der Mai als Monat voller Tatendrang und Energie bringt so manche Tradition mit sich. In einigen Regionen wird zu dieser Zeit das Maibaumklettern zelebriert. Allerlei Mythen ragen sich darum.

Wir haben keinen Maibaum im Club, deshalb ziehen wir an der Klimmzugstange.

Alle Informationen rund um die Challenge gibt es beim Team im Club.



Beachtet für die bevorstehenden Feiertage die Sonderkurspläne und angepassten Öffnungszeiten.

Diese finden sich entweder direkt in der App oder auf unserer Homepage unter: www.elixia.de.

Am 1. Mai ist der Club von 9:00 – 21:00 Uhr für euer Training geöffnet.

Die Kinderbetreuung ist in der Zeit von 09:00 – 14:30 Uhr geöffnet.



Ab Mai bieten wir auch sonntags wieder Saunaaufgüsse an.
Zum Schwitzen bringen wir euch in der Zeit von 11:00 bis 14:00 Uhr.

A green-themed advertisement for a monthly shake. It features a sprig of Waldmeister (maikraut) and lemon slices on the left, and a lemon slice with a green liquid dripping over it on the right. The text reads: 'SHAKE DES MONATS', 'WALDMEISTER ZITRONE', 'PRO 80 Citrus - Quark mit Waldmeistersirup', and '0,3l nur 3,95€' with 'Hafermilch • 0,30€' in smaller text below.

SHAKE DES MONATS

WALDMEISTER ZITRONE

PRO 80 Citrus - Quark
mit Waldmeistersirup

0,3l nur 3,95€
Hafermilch • 0,30€

Mai ist, wenn der Waldmeister in Blüte steht – oder der Shake „Waldmeister Zitrone“ als Monatshighlight für euch im Café zubereitet wird.

Genießt das besondere Aroma vom magischen Maikraut!



Die Sonne zeigt sich endlich und die Temperaturen steigen. Schaut in unserem Kursplan vorbei und besucht unsere **Outdoorkurse.**

Auf unserer tollen Saunaterasse dürfen sich unser Yogis über ein neu installiertes Sonnensegel freuen.



Der Countdown läuft, nur noch wenige Tage bis zu unserem Maitanz.

05.05.2023

20:00 – 02:00 Uhr

Taschengeld nicht vergessen

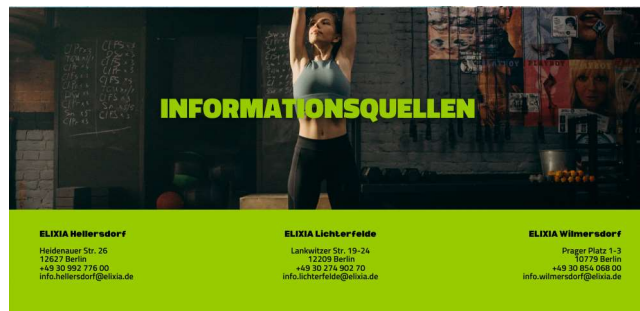
Die Umkleide steht für euch zur Verfügung
Gäste sind ebenfalls herzlich Willkommen

Wir schließen den Trainingsbetrieb um 19:45
Uhr.



Weil Selbstverständlichkeiten manchmal doch irgendwie vergessen werden, möchten wir euch an ein paar grundlegende Dinge für einen angenehmen Cluballtag erinnern.

- Der perfekte Platz zum Telefonieren ist in unserer Lobby in angemessener Lautstärke
- Ein kleines Speisenangebot bieten wir euch im Café; auf der Trainingsfläche ist essen nicht gestattet
- Geeignete Sportbekleidung
- Der Ablauf und die Satzpause sind beim Gerätetraining wichtig, deshalb Geräte nicht blockieren oder alternativ mit einem anderen Sportler im Wechsel trainieren
- Am Gerät und in der Sauna immer ein Handtuch unterlegen
- Sportgeräte desinfiziert und aufgeräumt hinterlassen
- Rasieren, ob Bart oder andere Bereiche - nicht hier im Club



Weitere Informationen veröffentlicht ELIXIA regelmäßig über den [Instagram-Kanal](#), über [facebook](#) oder auf www.elixia.de (dort bitte den jeweiligen Club auswählen).

Haben Sie keinerlei Zugriff auf das Internet? Alle Neuigkeiten und Informationen hängen auch immer am Eingang der Vitalclubs aus.



Impressum:
Herausgeber
ELIXIA Vitalclub GmbH & Co. Hellersdorf KG
Heidenauer Straße 26, 12627 Berlin
Registergericht: Amtsgericht Berlin-Charlottenburg
Registernummer: HRA 43319 B
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE267627034
Newsletter abbestellen