

**PERFORM  
BETTER!**  
EUROPE

**PERFORM  
BETTER!**  
DIGITAL

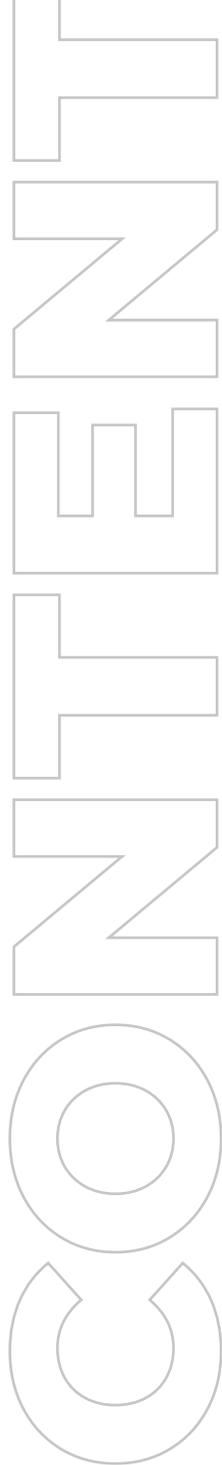


**PERFORM  
BETTER!**  
CORPORATE



**PERFORM**  
**BETTER!**  
**EUROPE**





<b>6</b>	PERFORM BETTER EUROPE
<b>10</b>	PB DIGITAL   PB CORPORATE
<b>20</b>	HYPERICE
<b>28</b>	TRX
<b>36</b>	PB EXTREME
<b>40</b>	PB STRONG
<b>44</b>	LET'S BANDS
<b>48</b>	FLEXVIT
<b>52</b>	INERTIA WAVE
<b>53</b>	POWERCUBE
<b>54</b>	STICK MOBILITY
<b>56</b>	FUNCTIONAL MOVEMENT SCREEN
<b>58</b>	ASSAULT FITNESS
<b>60</b>	STUDIOLÖSUNGEN
<b>74</b>	PB STEEL
<b>78</b>	FUNS
<b>82</b>	PERFORM BETTER INSTITUTE
<b>92</b>	COMMUNITY
<b>95</b>	ANSPRECHPARTNER

**HERZLICH WILLKOMMEN  
IN DER WELT VON PB**



**Perform Better Europe** steht für höchste Qualität und Anspruch bei Trainingsgeräten, Studioplösungen und Ausbildungen im Functional Training.

Als Marktführer in Europa haben wir bereits **über 1000 Studios** erfolgreich ausgestattet, individuelle Trainingskonzepte implementiert und **über 25.000 Trainer** aus- und fortgebildet.

Mit unserer eigenen Technologieplattform vernetzen wir dich und deine Dienstleistungen digital mit deinen Kunden. Unser digitales Facility Design für hybride Trainingsangebote mit digitalem Health Coaching sind der Weg in die Zukunft der Fitness und der Gesundheit. Egal ob zuhause oder in der Firma.

Als ganzheitlicher 360° Grad Anbieter erarbeiten wir mit dir individualisierte Konzepte im klassischen Ausstattungs- und Fortbildungsbereich für Functional- und Athletiktraining.

Neben der exklusiven Distribution der TOP Marken **TRX** und **Hyperice**, bieten wir dir mit unseren Eigenmarken **Perform Better Europe** und **PB Strong** einen absoluten Mehrwert in der Produktauswahl.

Mit dem international ausgerichteten **Perform Better Institute** runden wir unser Leistungsangebot ab. Mit **über 60 Ausbildungen und Seminaren** bieten wir dir die Option, deine Karriere als Functional Trainer zu starten. Zudem hast du die Freiheit dich LIVE oder on Demand jederzeit weiterzubilden oder zu spezialisieren.

Von unserer jahrelangen Erfahrung unserer Perform Better World, unserem Know How und einer professionellen, ganzheitlichen Beratung und Betreuung profitierst Du als Kunde am meisten.

Bei unserem jährlichen Highlight, dem Perform Better Europe **Functional Training Summit** kannst du zudem tief in unsere FT Community eintauchen und dich auf internationalem TOP Niveau fortbilden.

**PERFORM  
BETTER!**  
**EUROPE**



## FUNCTIONAL TRAINING EQUIPMENT

### Du willst erstklassiges & langlebiges Equipment?

Wir sind der führende Anbieter von qualitativ hochwertigem Trainings-Equipment wie z.B. Kettlebells, TRX Schlingentrainer (Slings), Hanteln, Koordinationsleitern, Halfracks, Sandbags, Regenerations-Tools, Training Ropes, Minibands, Powerbands, Superbands, Equalizer, Sandbells und Medizinbällen. Wir helfen dir sehr gerne bei der Auswahl. Alle Produkte findest Du auch in unserem Online-Shop:



## GO DIGITAL

### Werde Mitglied im größten digitalen Netzwerk an digitalen Coaches!

PERFORM BETTER DIGITAL ist dein eigenes digitales Studio. Auf unserer Plattform kannst du deinen Kunden eine unlimitierte Anzahl an Live- und On-Demand Kursen anbieten.

PERFORM BETTER CORPORATE bietet deinen Mitarbeitern attraktive Kurse für jedes Bedürfnis. Mit unseren Live- und On-Demand Gesundheitskursen haben deine Mitarbeiter jederzeit Zugriff auf eine große Auswahl – wann und wo sie wollen.

## STUDIOLÖSUNGEN

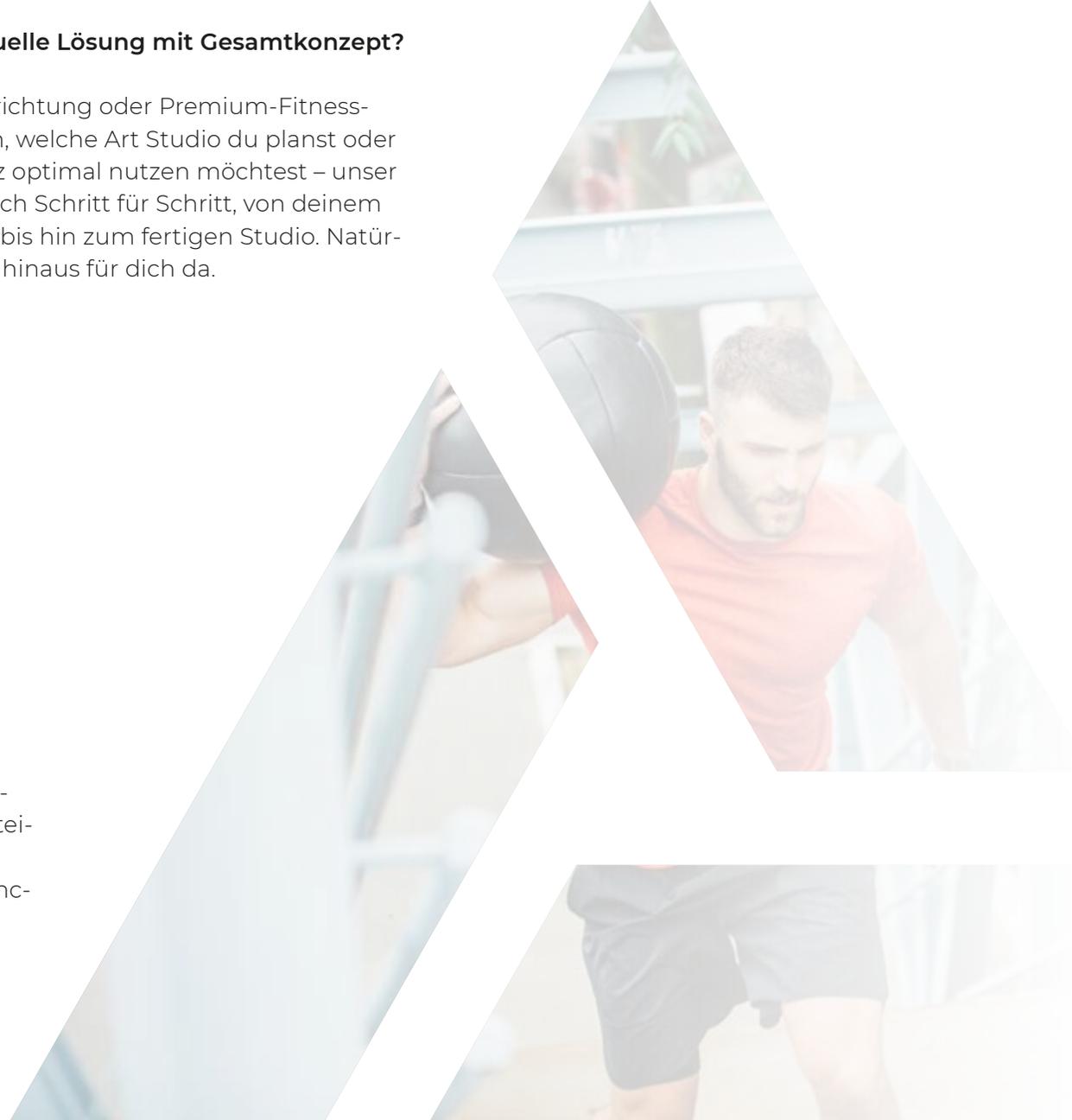
### **Du brauchst eine individuelle Lösung mit Gesamtkonzept?**

Ob Privatstudio, Reha-Einrichtung oder Premium-Fitness-center: Unabhängig davon, welche Art Studio du planst oder ob du einfach deinen Platz optimal nutzen möchtest – unser Expertenteam begleitet dich Schritt für Schritt, von deinem Traum über die erste Idee bis hin zum fertigen Studio. Natürlich sind wir auch darüber hinaus für dich da.

## AUSBILDUNGEN

### **Du willst dich aus- und weiterbilden oder spezialisieren? Und das mit richtig guten Mastertrainern?**

Unser PERFORM BETTER INSTITUTE ist ein etabliertes Aus- und Weiterbildungsinstitut auf höchstem Niveau. Ob Einsteiger oder angehender Experte – du profitierst von über 60 Aus- und Weiterbildungsformaten in den Bereichen Functional Training, Athletic Training, Movement, Rehab, Health und Neuro. Und das Offline oder Online. Du darfst wählen.





**#GODIGITAL**

# // **DIE DIGITALISIERUNG MACHT KEINEN BOGEN UM UNSER BUSINESS, SONDERN VERÄNDERT ES NACHHALTIG!**



Um dich für dein Digitales Business optimal auszustatten, haben die Experten von Perform Better ein digital gestütztes **virtuelles Gym** für Trainer und Studios entwickelt:

Wir bilden dich in bewährter Perform Better Qualität zum Digital Health Coach bzw. Corporate Health Coach aus.

Dein virtuelles Gym selbst beinhaltet neben der LIVE- und Ondemand – Streaming Technologie zusätzlich auch digitale Tools für den Bereich Corporate Health und Corporate Fitness.

## Von Trainern für Trainer und Studios entwickelt!

### **EDUCATION**

- DIGITAL HEALTH COACH:  
OPTIMIERE DEIN DIGITALES BUSINESS
- CORPORATE HEALTH COACH:  
WERDE FIRMENFITNESSEXPERTE

### **COACHING PLATTFORM**

- LIVE-STREAMING
- ONDEMAND
- BEZAHLFUNKTION
- BUCHUNGSKALENDER
- DSGVO-KONFORM

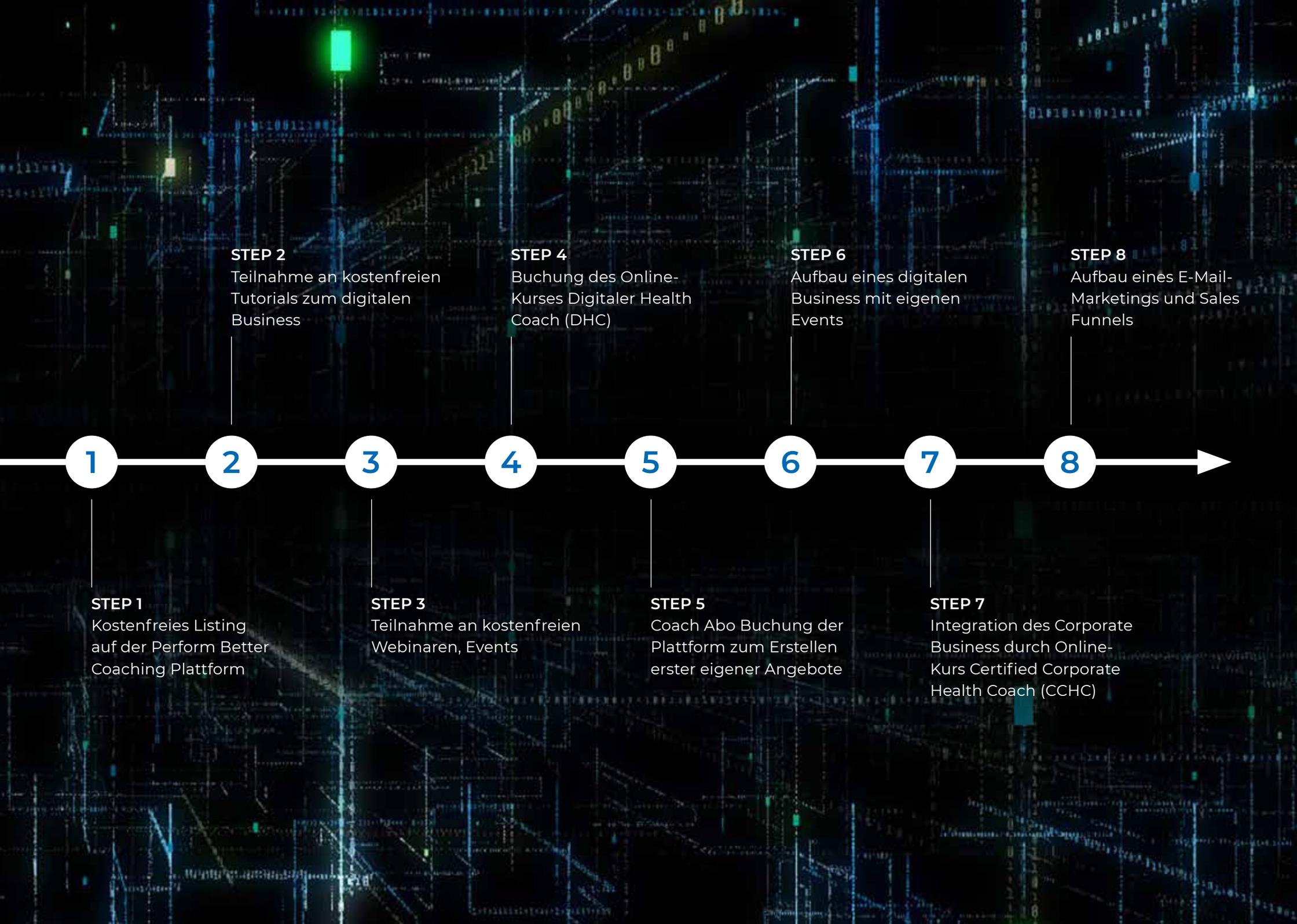
### **CORPORATE HEALTH**

- BUCHBARKEIT UND ABRECHNUNG  
VON SACHBEZUG UND BGF\*-BUDGET
- CORPORATE FITNESS KAMPAGNE

\* BGF = Betriebliche Gesundheitsförderung

**// 8 SCHRITTE ZU DEINEM  
ERFOLGREICHEN DIGITAL  
BUSINESS**

**#VIRTUELLESGYM**



1

**STEP 1**

Kostenfreies Listing auf der Perform Better Coaching Plattform

2

**STEP 2**

Teilnahme an kostenfreien Tutorials zum digitalen Business

3

**STEP 3**

Teilnahme an kostenfreien Webinaren, Events

4

**STEP 4**

Buchung des Online-Kurses Digitaler Health Coach (DHC)

5

**STEP 5**

Coach Abo Buchung der Plattform zum Erstellen erster eigener Angebote

6

**STEP 6**

Aufbau eines digitalen Business mit eigenen Events

7

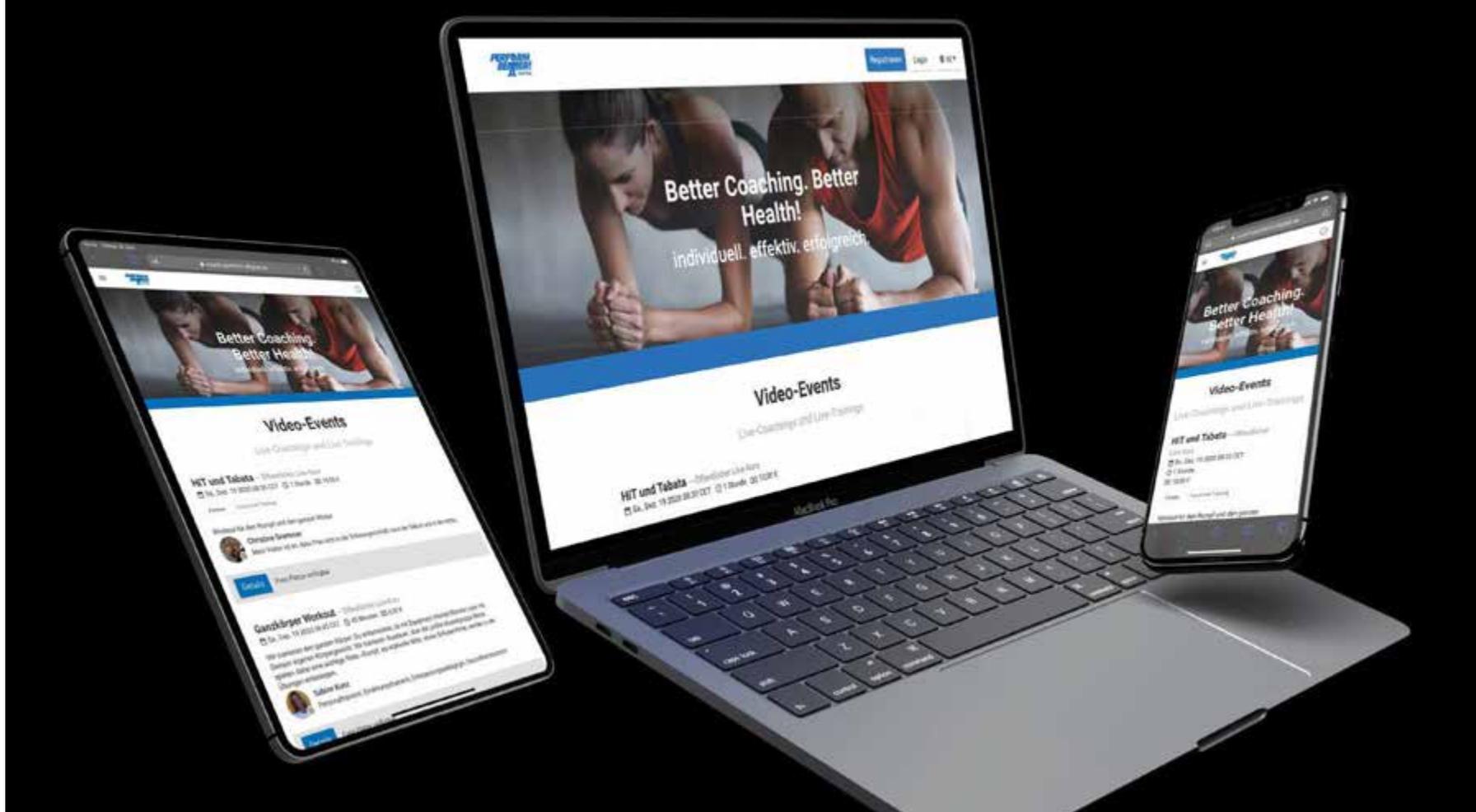
**STEP 7**

Integration des Corporate Business durch Online-Kurs Certified Corporate Health Coach (CCHC)

8

**STEP 8**

Aufbau eines E-Mail-Marketings und Sales Funnels



## // COACHING PLATTFORM

Der Markt für digitales Business mit Streaming-Inhalten für Gruppen und Einzelcoachings wird bis 2026 um das 8-10 fache wachsen. Wir lassen dich mitwachsen!

Auf unserer Coaching Plattform wirst du digital und dabei bei jedem Schritt von uns begleitet. Vom kostenfreien Listing und Webinar als Teilnehmer bis zum ersten eigenen LIVE- Coaching mit skalierbaren Einnahmen wirst du von uns zum Digitalen Profi gemacht!



## // EDUCATION

Digital gestütztes Lernen ist ein Megatrend! Wir bringen dir die TOP Formate für dein digitales Business nach Hause. Du sparst dadurch Zeit, Geld und lernst, wann und wo du möchtest.

Dein Einstieg ins digitale Business:

### Digital Health Coach – DHC

Lerne alle Basics des digitalen Trainer-Business anhand einfacher Lektionen und Best Practices

Dein Einstieg ins digitale Corporate Business:

### Certified Corporate Health Coach – CCHC

Homeoffice ändert alles für Firmen! Lerne den neuen Firmenfitnessmarkt kennen und nutze dein Wissen direkt mit steuerbegünstigten Formaten für Arbeitgeber



**#GOCORPORATE**

## // **DIE DIGITALISIERUNG NUTZEN, UM ARBEITGEBER-KUNDEN NACHHALTIG ZU GEWINNEN!**

### **Corporate Business**

Arbeitgeber suchen nach nachhaltigen und individuellen Konzepten, um einfach, rechtssicher und steuerlich gefördert in die Gesundheit ihrer Mitarbeiter zu investieren. Im Studio, im Office oder im Home Office.

### **Wir bieten dir zwei einfache Tools:**

#### **SACHBEZUG 44,- €\* monatlich**

- Der Arbeitgeber bezahlt bis max. 44,- € mtl. für die Mitgliedschaft
- Kampagne:  
„Du trainierst – Dein Chef zahlt“  
Unsere digitale Kampagne macht dich als Trainer/dein Studio buchbar für Firmenkunden und deren Budgets. Wenig Aufwand mit gesteigertem Ertrag.

Denn Firmenkunden zahlen regelmäßig und kündigen weniger!

**44,- €  
mtl.**

#### **BGF-BUDGET 50,- € monatlich**

- Der Arbeitgeber bezahlt bis max. 50,- € mtl. für BGF-Kurse
- BGF-Kurse ohne ZPP-Zertifizierung
- Fertige Kursformate nach § 20 SBG V:  
Werde mit unseren fertigen, digitalen Kurs-Templates als Trainer/Studio buchbar für Firmenkunden und deren Gesundheitsbudgets.

Nutze unser KnowHow und Angebot für ein nachhaltiges Firmengeschäft

**600,- €  
mtl.**

\* Die 44,- € Sachbezug steigen zum 01.01.2022 auf 50,- € mtl.!

**PERFORM  
BETTER!**  
EUROPE



**PERFORM  
BETTER!**  
DIGITAL



**PERFORM  
BETTER!**  
CORPORATE



# MARKEEN

**PERFORM  
BETTER!**  
EUROPE  
INSTITUTE



**FI**  
Hyperice



**TRX**



**FMS**  
move  
well.  
move  
often



**PB**  
**STRONG**



**PB**  
**STEEL**



**PowerCube**



**PB**  
**EXTREME**



**FUNS**  
— TRAINING TOWER —



**FLEXOVIT**  
BANDS RELOADED



**LET'S**  
**BANDS**



**Stick**  
**Mobility**  
MOVEMENT MADE BETTER



**ASSAULT**  
**FITNESS**



A close-up photograph of a person's hands using a black Hyperice percussive massage gun on their knee. The person is wearing a white t-shirt and dark shorts. The massage gun has a black foam roller head and a green LED light at the base. The brand name 'Hyperice' is visible on the side of the device. The background is a blurred blue and white striped surface.

**INNOVATION.**  
**REGENERATION.**

## // KANNT DU ES SCHON SPÜREN?

Hyperice, weltweit Marktführer im Bereich Recovery & Wellness bietet dir hochwertige Regenerations- und Massagegeräte sowie ein smartes 360°-Gesamtkonzept an, das Einzelsportlern und Teams eine holistische Lösung im Recovery-Bereich bietet. Und Hyperice erlebt auch hierzulande einen echten Hype. Kein Wunder, denn auch immer mehr internationale Top-Athleten und Profi-Teams setzen in puncto Regeneration auf Hyperice. Gerade gewann beispielsweise Naomi Osaka, die schon seit längerem auf Hyperice setzt, die Australian Open. Und auch die legendären L.A. Lakers und die N.Y. Yankees nutzen bereits die smarten Hyperice-Produkte.

Zudem können durch Konnektivität Produkte wie der Hypervolt Plus mit der Hyperice App verbunden werden, um die individuelle Regenerationssteuerung zu optimieren und so mittel- bis langfristig die Grundlage einer erfolgreichen Trainingsentwicklung unterstützen. Denn genauso wie die individuell richtige Belastungssteuerung ist auch die passende Regenerationssteuerung im Rahmen einer 360°-Gesamtlösung à la Hyperice der Schlüssel zum Erfolg.





## **HYPERVOLT 2**

Der ursprüngliche Hypervolt mit einigen tollen Upgrades. Der Hypervolt 2 hilft Dir, Dich so zu bewegen, wie Du willst, wann Du willst. Ein neues Design sorgt dafür, dass Du für alles bereit bist, was als nächstes kommt. Hypervolt 2 hat ein verbessertes ergonomisches Griffdesign. Deutlich leichter und liegt besser in der Hand. Beim Hypervolt 2 kannst Du, wie gewohnt zwischen drei Stufen wählen und das Gerät via Bluetooth mit der überarbeiteten Hyperice App verbinden. Die verbesserte Amplitude bietet ein tieferes und einzigartiges Massageerlebnis.



## **HYPERVOLT 2 PRO**

Hole Dir die gleiche kraftvolle Perkussionsmassage-Therapie wie die weltbesten Athleten. Mit mehr Leistung und variablen Geschwindigkeiten (5 Stufen) hilft Dir der Hypervolt 2 Pro, Dich schneller zu erholen, damit Du wieder mehr von dem tun kannst, was Du liebst. Unser Hypervolt 2 Pro hat ein verbessertes ergonomisches Griffdesign und der stärkere Motor macht ihn zu unserem besten Performance Gerät aller Zeiten. Das Infinity Wheel ermöglicht Dir intuitiv zwischen 5 verschiedenen Intensitätsstufen zu wählen und die Bluetooth Verbindung ermöglicht ein einzigartiges Massageerlebnis.





#### **VYPER GO**

Bringe Deinen Körper mit einer kraftvollen Vibrationsmassage in Schwung. Die Vypers beschleunigen Aufwärmen, verkürzen die Erholungszeit und sorgen dafür, dass Du Dich besser bewegen kannst. Die Vyper Go bringt Deine Muskeln in Schwung und macht Dich bereit für Action. Massiere Verspannungen weg, lockere Dich und fühle den Unterschied mit den 3 Geschwindigkeiten der hochintensiven Vibration. Mit Blick auf Deinen Körper konzipiert. Das konturierte Design der Vypers reduziert Druck auf die Wirbelsäule und andere empfindliche Bereiche und sorgt so für ein komfortables Rollen. Koppel die Vyper Go mit der Hyperice App, um professionelle Ratschläge und geführte Trainingseinheiten zu erhalten.





#### **HYPERVOLT BLUETOOTH® STANDARD**

Man nennt ihn auch eine Sinfonie aus Kraft, Leistung und Individualität. Das Vibrationsmassage-Tool eignet sich besonders gut, um dich in den Bereichen Beweglichkeit, Regenerationszeit und schnelle Heilung nach Muskelverletzungen zu unterstützen. Natürlich mit zugehöriger App und Bluetooth®-Funktion.



#### **HYPERVOLT PLUS BLUETOOTH®**

Der große Bruder des Hypervolts Standard bringt 30 % mehr Power für dein Workout und deine anschließende Regeneration mit. Mit satten 90 Watt Leistung ist das Plus-Modell das stärkste und fortschrittlichste Perkussionsmassage-Tool der Welt. App und Bluetooth®-Funktion verstehen sich natürlich von selbst.



#### **HYPERVOLT GO**

Unterwegs regenerieren „leichtgemacht“. Der Hypervolt GO ist das kleinste Mitglied der Hypervolt Family und ist ganze 30 % kleiner als der Hypervolt Plus. Mit nur 0,7 kg ist er zudem ein Fliegengewicht, das du bedenkenlos in dein Handgepäck packen kannst und darfst.



### VENOM

Wohlig warm und effektiv. Durch die Kombination aus Wärme und Vibration helfen dir diese Massage-Kompressen bei der Entspannung oder präventiven Versorgung deiner Muskulatur im unteren Rücken, im Knie oder in der Schulter. Der digitale Touchscreen erlaubt es dir die Temperatur, die Vibrationsart und die Dauer für deine Massage individuell anzupassen.



### VYPER 2.0

Das vibrierende Rollenspiel. Die Kombination einer traditionellen und hochwertigen Faszien-Schaumstoffrolle gepaart mit drei leistungsstarken Vibrations-Stufen, ist sowohl perfekt für dein Warm-Up als auch deine myofasziale Stimulation und kann dich bei der Reduktion von Muskelschmerzen unterstützen.



### HYPERSPHERE

Rund, kompakt und punktuell. Diese Vibrationskugel ist nicht nur praktisch und reisefreundlich, sie ist noch dazu das Must-Have für deine Tiefenregeneration. Mit den kompakten Maßen des Balls kannst du vor allem punktuelle Zonen perfekt erreichen und therapieren. Die Kombination aus hochintensiver Vibration und Kompression bietet dir ganz neue Möglichkeiten.



**HARTES TRAINING.  
BESSERE REGENERATION.**



# FI

## Hyperice



### **NORMATEC 2.0 LEG RECOVERY SYSTEM STANDARD / PRO**

Dein Massagetherapeut zum Anziehen. Das gezielte Bein-Recovery-System ist sowohl dein High-Tech-Aufwärmgerät als auch eine dynamische Methode zur schnelleren Erholung nach deinem Training, mit der du dir einen großen Wettbewerbsvorteil verschaffen kannst.

Entwickelt für alle Leistungsstufen und empfohlen von 97% der amerikanischen Profi-Mannschaften, sorgt es durch Druckaufbau mit verschiedenen Intensitäten und Programmen schnell wieder für frische und leistungsfähige Beine.

Mit Hilfe der Bluetooth®-fähige NormaTec-App integrierst du deine Recovery-Daten direkt in deinen Trainingsplan und behältst so alles in einem professionellen Überblick.



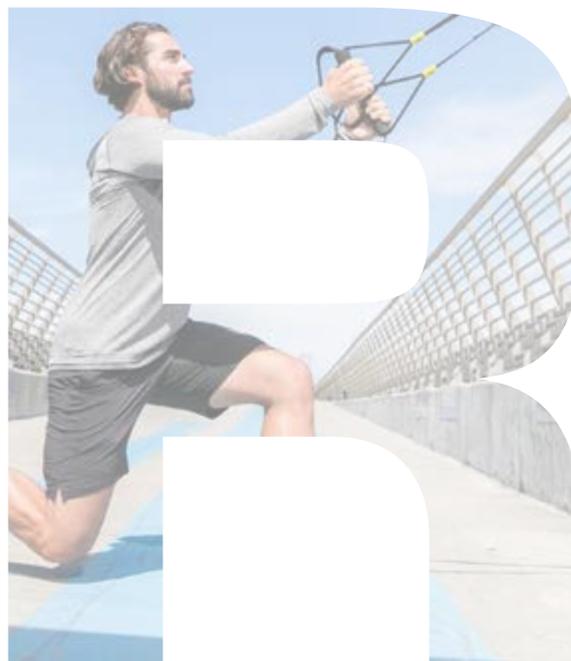
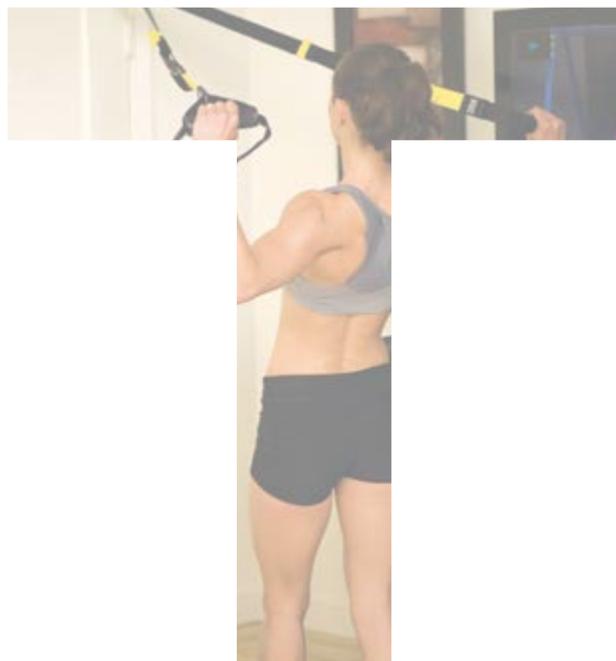
A man with a beard and curly hair is performing a TRX suspension training exercise in a wooded area. He is wearing a grey long-sleeved hoodie, black shorts, and green sneakers. He is holding the black handles of the yellow and black TRX straps, which are anchored to a tree trunk. The background shows a blurred forest with green trees and a clear sky. The overall scene is bright and outdoorsy.

**MAKE YOUR BODY  
YOUR MACHINE.**

## // **SCHON MAL GLEICHZEITIG SO VIELE MUSKELN GESPÜRT?**

Nein? Dann vertraue auf den Weltmarktführer TRX im Bereich Suspension Training und erreiche mit effektiven Ganzkörper-Workouts deine Fitnessziele! Egal wo, egal wann – wir garantieren dir: **Du wirst deinen Körper positiv spüren.**

Die TRX Suspension Trainer sind die originalen Schlingentrainer und seit Jahren die weltweit meistverkauften Functional Training Tools. Neben den klassischen Schlingentrainern für alle Fitness-Stufen gibt es für dich noch viele weitere hocheffektive Functional Training Tools.







#### TRX BURN

Der Allrounder unter den Schlingentrainern. Du möchtest Fett verbrennen, Muskeln aufbauen oder deine Mobilität steigern? Mit diesem Tool legst du dafür den Grundstein. Mit jeder 20-Minuten-Trainingseinheit kommst du deinem Ziel ein Stückchen näher.



#### TRX MOVE

Das Leichtgewicht zum attraktiven Preis. Mit diesem Einsteigermodell hast du dein Fitnessstudio immer dabei. Zum Erlernen der Übungen helfen dir im Paket enthaltene Workout-Videos und Fitness Poster mit umfangreichen Ganzkörper-Workouts.

#### TRX APP

Die TRX APP ist dein mobiles Trainings-erlebnis. Sie beinhaltet personalisierte Workouts, auf die du jederzeit und überall zugreifen kannst.





### TRX ROCKER

Die einzige Faszienrolle mit dem „Wipp-Prinzip“. Diese hocheffektive Technik hilft dir bei einer hyperfokussierten Muskelentspannung, einer erhöhten Durchblutung sowie einer allgemeinen Erholung. „Wippe“ dich durch drei Intensitätsstufen und Sorge für deinen vollen Release-Prozess.



### TRX CONDITIONING ROPE

15 Meter pures High Intensity Ganzkörper- und Cardiotraining. Mit den Rope Workouts stärkst du deine Power, Rumpfstabilität und Schulter- & Armkraft. Das Konzept ist denkbar simpel: Du fixierst das Tau in der Mitte und bringst es dann an beiden Seilenden in Schwingungen. Und dann sprechen wir uns in 30 Sekunden wieder ...



### TRX XMOUNT

Der TRX Xmount bietet dir neue Variationsmöglichkeiten im Bereich Widerstandsdosierung und Übungsvielfalt. Er kann schnell und einfach an jede massive Holz- oder Betonwand installiert werden und bietet optimale Sicherheit beim TRX Suspension- oder Rip-Training. Die maximale Belastbarkeit liegt bei 300 kg.

**TRX®**



#### **TRX POWER BAG**

DAS Tool für deine Core Strength und Stabilität. Mit ihrer robusten Außenhülle sind die TRX Power Bags wie gemacht für harte Trainingseinheiten und ermöglichen dir vielseitige, funktionelle Workouts mit einer riesen Bandbreite an Übungen.



#### **TRX RIP TRAINER**

Das Core Training Deluxe. Durch die Arbeit gegen den asymmetrischen Widerstand eines Gummibandes wird dein gesamter Körper, aber vor allem der Rumpf, gestärkt. Sorge für Stabilität in Bauch und Rücken und trainiere mit dem TRX Rip Trainer deine Rotations- und Schnellkraft.





# STUDIO LINE

# // **KREIERE DEINE HOCHMODERNE FUNCTIONAL TRAINING FLÄCHE MIT TRX®!**

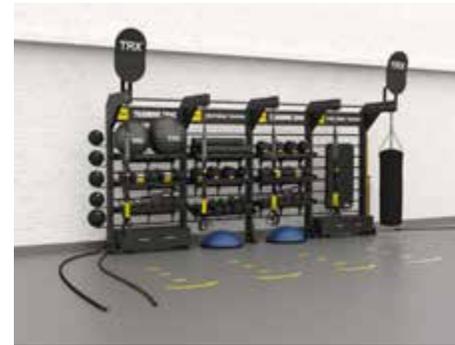
Mit der TRX STUDIO LINE eine individuelle Functional Training Zone im ansprechenden Design kreieren und jeden Platz und jede Ecke des Studios optimal und effizient nutzen. Die Trainingsraumlösungen sind in den System-Varianten BAY, CORNER, T-UNIT und BRIDGE erhältlich. Alle Systeme beinhalten optionale TV- und/oder selbstgeführte Trainings- Branding-Optionen für: Mobilität, funktionelles Training, Oberkörper, Unterkörper und Core-Training.



**TRX BRIDGE**



**TRX BRIDGE**



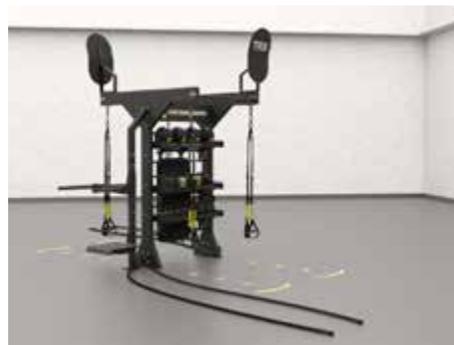
**TRX QUAD BAY**



**TRX DOUBLE BAY**



**TRX CORNER**



**TRX T-UNIT**



**TRX BAY & STRENGTH BAY**



**TRX SINGLE POST**



**ATHLETIC.  
CARDIO.  
STRENGTH.**

## // DU SUCHST EINE MARKE, DIE ALLES HAT?



Perform Better USA hat über 30 Jahre Erfahrung im Kraft- und Functional Training Bereich. Aus dem gesammelten Know-how wurde für dich die Eigenmarke PB Extreme entwickelt. Ihr Ziel ist es, dir Produkte in Studioqualität zu einem unschlagbaren Preis-Leistungs-Verhältnis anzubieten.

Die gesamte Produktpalette bietet die Möglichkeit, dein Studio, deinen funktionellen Trainingsbereich oder dein eigenes Heimfitnessstudio einheitlich auszustatten. Ob Plyo-Boxen, Rower oder Boxkrallen – PB Extreme überzeugt durch seine „extreme“ Angebotsvielfalt.





### SKI TRAINER

Dein Langlauf- und Ski Training zu jeder Jahreszeit. Durch ein gelenkschonendes Training bei hohem Kalorienverbrauch trainierst du alle Ski-relevanten Muskeln wie Oberkörper-, Bauch-, Rücken- und Beinmuskulatur. In der Display-Anzeige kannst du dich auf Werte wie u.a. Zeit, Distanz, Puls, Watt und Kalorien genau überprüfen.



### HANTELBANK

Trainiere in 5 verschiedenen Positionen. Diese hydraulisch verstellbare Hantelbank ist robust, widerstandsfähig, langlebig und sehr schnell und einfach zu justieren. Durch integrierte Griffe und Rollen kannst du sie sehr leicht transportieren und einfach an deine Lieblingsgeräte oder zu deinen Lieblingstools mitnehmen.



### ROWER

Dein Trainingspartner für schweißtreibende Cardio Workouts. Der PB Extreme Rower ist das perfekte Cardioderät für Fitnessstudios, Hotels oder für dein Zuhause. Das Rudertraining gehört zu den effektivsten Trainingsarten und beansprucht 75% deiner Muskelgruppen. Zusätzlich wird dein Herz-Kreislaufsystem gefordert. Ob Warm-Up, Cool-Down oder eine eigenständige Trainingseinheit – alles ist möglich.

### SOFT PLYO BOX

Die Plyo Boxen von PB Extreme bieten ein optimales Training der Sprungkraft und sind im Ausdauer- und Kraftbereich als Workout-Ergänzung ein sinnvolles und effektives Tool. Neben der Steigerung von Explosivkraft ermöglichen sie ideale Workoutoptionen zum Ausbau von Kondition, Schnelligkeit und Beweglichkeit. An den Seiten der Boxen sind zusätzliche Griffschlaufen für ein unkompliziertes Transportieren angebracht.



### SOFT MEDIZINBALL

Er behält seine Form bei, ist groß, weich, robust und strapazierfähig. Diese Beschreibung passt am besten zu einem PB Extreme Soft Medizinball. Speziell hergestellt für dein intensives Wurf- und Fangtraining und ideal zu Rehabilitationszwecken, gibt es diesen mit Vinyl/Nylon beschichteten Ball in unterschiedlichen Gewichtsstufen.



### URETHANE GROUP SET

Die Urethane Sets von PB Extreme eignen sich ideal für professionelle, variable Trainingseinheiten zur Steigerung von Kraft und Ausdauer, insbesondere im Personal und Group Fitness Training. Die Hantelstange ist aus hochwertigem Stahl gefertigt und mit pulverisierten Griffflächen für sicheren Grip während der Übungsausführungen versehen.



### HALF RACK

Dieses „halbe Gestell“ hat einfach alles. Hergestellt aus hochwertigem Stahl beinhaltet dieses Half Rack Hantelscheibenaufnahmen, Sicherheitsstreben, Scheibenablagebolzen, Langhantelhaken mit Safety-Verschluss-System, eine gebogene Klimmzugstange, Kettenhalter sowie Befestigungen für Tubes und Ropes. Noch dazu glänzt es durch eine freistehende und sehr standsichere Bauweise.



A man in a white t-shirt and black shorts is performing a deadlift in a gym. He is bent over, gripping a barbell with both hands. The barbell is loaded with several weight plates, including red and blue ones. The gym has a concrete wall and several racks of weights in the background. The floor is covered with a green mat that has white markings.

**DEINE MUSKELKRAFT.  
DEINE POWER.**

## // DU WILLST EINE TOP MARKE FÜR MEHR POWER?

**PB**  
**STRONG**

Unsere Produkt Brand PB Strong ist speziell für dein schweres Muskeltraining und den Wettkampfbereich entwickelt worden. Kräftig, stark und robust glänzt sie vor allem mit einem „massiv“ guten Preis-Leistungs-Verhältnis. Mit den hochwertigen Langhantelstangen inklusive passender Gewichtsscheiben, Kurzhanteln, Hexhanteln, Bumper Plates, Slamballs, Turnringe etc. kannst du dich so richtig verausgaben und Vollgas geben.

Das Equipment im charakteristischen schwarzen Style gibt es natürlich in vielen Gewichtsstufen, damit du dich kontinuierlich steigern kannst. Wir wissen was du brauchst, wenn es um dein Krafttraining geht. Daher lässt das PB Strong Produktportfolio keine deiner Wünsche offen. Überzeuge dich am besten selbst und freue dich schon jetzt auf deine schnellen Fortschritte.



### WETTKAMPF HANTELSTANGE PRO

Die PB Strong Wettkampf Hantelstangen Pro haben dank ihrer hochwertigen Legierung eine extrem hohe Zug- & Druckfestigkeit bei gleichzeitiger Elastizität. Sie sind sehr robust und auf hohem Niveau gefertigt. Es stehen dir zwei, den Gewichtheber-Wettkampfvorgaben entsprechende Ausführungen der Hantelstange zur Auswahl. Die 20 kg Stange besitzt 12 Nadellager und die 15 kg Stange besitzt 8 Nadellager aus Hart-Chrom, die den Druck auf Hand und Gelenke effizient reduzieren und so deinen Trainingskomfort erhöhen.



### 3-GRIFF-HANTELSCEIBEN

Die PB Strong 3-Griff-Hantelscheiben sind passend zu allen Hantelstangen mit einer Scheibenaufnahme, die einen Durchmesser von 50 mm besitzen. Durch die hochwertige Gummierung handelt es sich hier um bodenschonende sowie kratz- und stoßunempfindliche Gewichte. Die Plates sind robust und langlebig. Der Stahlkern minimiert den Rückstoß der Scheibe beim Aufprall auf den Boden. Das 3-Griff-Design ermöglicht dir ein einfaches Handling der Scheibe.

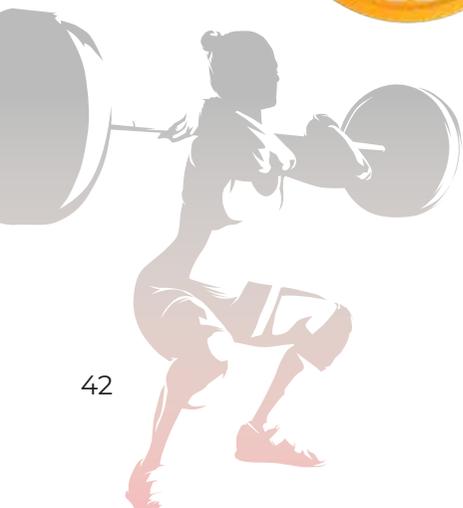


### HANTELSCEIBE GUMMI

Die PB Strong Hantelscheiben passen zu allen Hantelstangen mit einer Scheibenaufnahme mit einem 50 mm Durchmesser. Durch die hochwertige Gummierung handelt es sich hier um bodenschonende, sowie kratz- und stoßunempfindliche Gewichte. Die Plates sind robust und langlebig. Der Stahlkern minimiert den Rückstoß der Scheibe beim Aufprall auf den Boden. Diese Hantelscheiben eignen sich sowohl für den privaten, als auch für den professionellen Gebrauch im Studio.

### WETTKAMPF HANTELSCEIBEN

Die PB Strong Wettkampf Hantelscheiben passen auf alle Hantelstangen mit einem Scheibenaufnahme-Durchmesser von 50 mm. Durch die hochwertige Gummierung handelt es sich hier um bodenschonende sowie kratz- und stoßunempfindliche Gewichte. Die Plates sind robust und langlebig. Der Stahlkern minimiert den Rückstoß der Scheibe beim Aufprall auf den Boden. Die Scheiben entsprechen den Gewichtheber-Wettkampfvorgaben und eignen sich so ideal für das Competitionstraining.





### PB STRONG HANTELSTANGEN VERSCHLUSS

Die PB Strong Lockjaw Pro Hantelverschlüsse sind sehr robust und hochwertig verarbeitet. Dank dem simplen One-Klick-Verfahren, kannst du diese Verschlüsse in nur wenigen Sekunden aufziehen und wieder abnehmen. Trotz der Leichtigkeit der Hantelstangenverschlüsse, halten sie sehr hohen Belastungen während der Übung stand.



### JAM BALL

Der PB Strong Jamball besitzt eine widerstandsfähige Außenhaut aus dickem Gummi und ist so den stärksten Belastungen gewachsen. Eine Füllung aus Sand sorgt für das nötige Gewicht und verhindert durch Flexibilität jeglichen Rebound. Die strukturierte, raue Oberfläche sorgt für den optimalen Gripp bei all deinen Übungen.



### HEXHANTEL

Die PB Strong Hexhanteln verfügen über einen ergonomisch geformten Griff sowie eine Gummi- beschichtung. Sie sind hochwertig verarbeitet, langlebig und eignen sich mitunter auch aufgrund ihrer bodenschonenden Eigenschaften sowohl für deinen professionellen Einsatz im Studio als auch für deinen privaten Gebrauch.



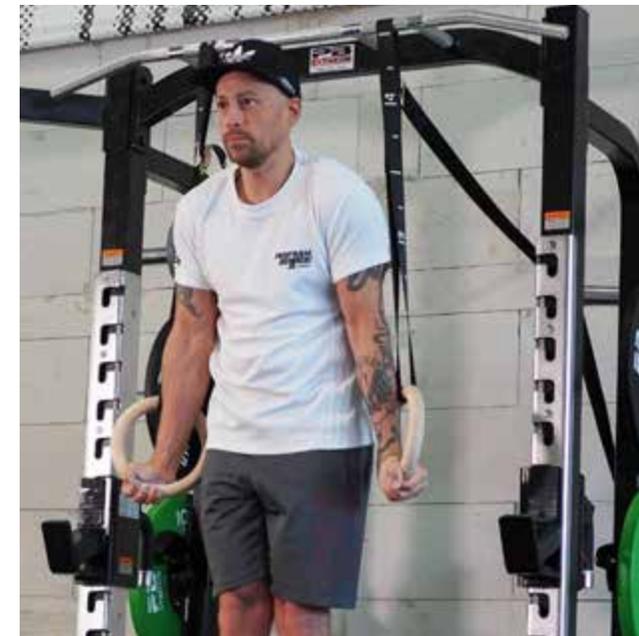
### TURNRINGE

Diese hochwertigen Turnringe aus Holz eignen sich sowohl für deinen privaten Gebrauch als auch für die frequentierte Nutzung im Studio. Die Gurte der PB Strong Turnrings sind mit 5,5 m extra lang und können überall befestigt werden, wo stabile Verankerungsmöglichkeiten in ausreichender Höhe vorhanden sind.



### PB NEOPREN- / VINYL-KURZHANTELN

Die PB Strong Kurzhanteln verfügen über einen ergonomisch geformten Griff sowie eine Neopren-/Vinylbeschichtung. Sie sind, hochwertig verarbeitet, langlebig und eignen sich mitunter auch aufgrund ihrer bodenschonenden Eigenschaften sowohl für den professionellen Einsatz im Studio, als auch zum privaten Gebrauch. Diese Kurzhanteln sind robust und halten auch den höchsten professionellen Beanspruchungen stand.





**INTENSIVER.  
EFFEKTIVER.**

## // LUST AUF WIDERSTAND?

Mit den Powerbands von Let's Bands kannst du überall und jederzeit trainieren. Sie sind leicht, klein, vielseitig und passen garantiert in jede Tasche. Let's Bands ist DER Premium-Anbieter für Widerstandsbänder.

Hier erhältst du hohe Qualität zu einem günstigen Preis. Da die Powerbands in verschiedenen Widerstandsstufen erhältlich sind, kannst du für jede Übung dein favorisiertes Band neu wählen. Außerdem gibt es für dich schon fertig zusammengestellte Sets, die dir die geballte Ladung Power nach Hause bringen.

**LET'S  
BANDS**



### POWERBANDS SET PRO

Das ultimative Rundum-Paket für dein intensives Ganzkörper-Workout. Drei powerbands MINI, ein powerband MAX in Blau (Stark) und ein powerband MAX in Grün (Mittel), das Trainingshandbuch, ein Transportbeutel sowie das powerbands-Armband. Durch die verschiedenen Bandstärken hast du eine unbegrenzte Übungsvielfalt und ein garantiert vollwertiges Rundum-Training. Klingt gut, oder?



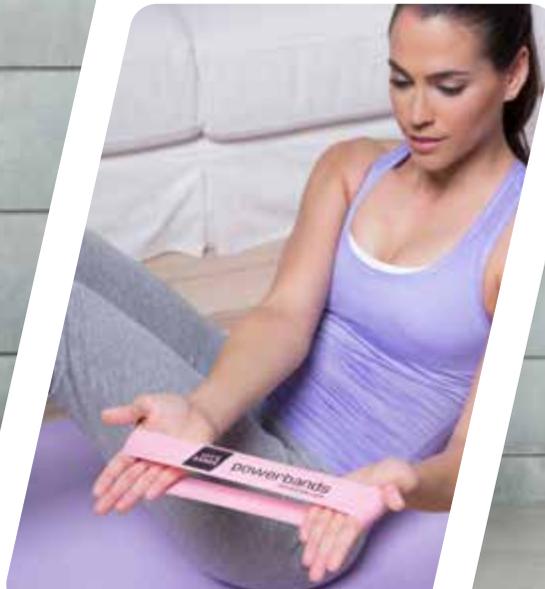
### POWERBANDS LADY

Love your body. Shape your body. Mädels aufgepasst, denn das Lady Set hat's in sich: Neben drei stylischen Bändern in Rosa, Lila und Pink inklusive Tragebeutel erhältst du ein effektives 4-Wochen-Programm mit kostenlosem Zugang zum Let's Bands Online-Training. Arbeite gezielt an deinen Problemzonen und komme schneller an dein Ziel. No Excuses Girls – denn du kannst überall & jederzeit trainieren.



### POWERBANDS FLEX

Maximal flexibel. Die FLEX- oder auch Therabänder genannt, sind perfekt für die Aktivierung deiner Muskulatur und zur Rehabilitation geeignet. Die unterschiedlichen Widerstände der drei im Set enthaltenen Bänder werden durch die Dicke bestimmt. Du arbeitest extrem gelenkschonend, was ein wesentliches Plus in der Therapie und im Fitnessstraining ist. Der mitgelieferte Türanker erhöht die Einsatzmöglichkeiten für dein Training.



**LET'S  
BANDS**



#### **POWERBANDS MAX**

Das Mini Gym für Zuhause. Ob für dein Warm-Up, dein Stabilitäts-, Kraft-, Ausdauer-, oder Koordinationstraining – dieses Set aus drei powerbands MINI und einem powerband MAX in Blau (Stark) hat's in sich und ist sowohl für Einsteiger als auch Profis bestens geeignet. Mit den unterschiedlichen Bandstärken sind dem Training keine Grenzen gesetzt. Und am Ende deines Workouts kannst du die Powerbands auch für dein Stretching verwenden.



#### **POWERBANDS TUBE**

Einen stabilen Rumpf und eine gute Koordination. Das sind nur zwei Vorteile, die das Training mit den Tubes – elastische Gummibänder mit Schaumstoff-Griffen – zu bieten hat. Kräftigung und Straffung gehören ebenfalls dazu. Und wer kann dazu schon „nein“ sagen? Durch dynamischen Widerstand trainierst du effektiv und gelenkschonend zugleich und nach dem Training packst du einfach alles in deinen praktischen Tragebeutel.



#### **POWERBANDS APP**

Powerbands 2.0 – das smarte Trainingshandbuch für dein Smartphone und Tablet.



**LANGLEBIGER.  
REGIONALER.  
HAUTVERTRÄGLICHER.**

## // **MADE IN GERMANY**

#bandsreloaded. FLEXVIT ist ausgezeichnet mit dem Siegel „Designed, Developed and Made in Germany“. Mit den dort regional hergestellten Widerstandsbändern kannst du in allen Bewegungsebenen deine Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination trainieren.

Das besondere Material der Bänder ist nicht nur hautfreundlich, sondern auch unvergleichlich robust und langlebig – und das dank einer einzigartigen Herstellungstechnologie. Mit FLEXVIT Bändern ist das unangenehme Ziepen auf deiner Haut Geschichte. Durch ihre Waschbarkeit setzen sie zudem neue Maßstäbe in Sachen Hygiene und Allergierisiko.

**FLEXVIT**  
BANDS RELOADED





#### **FLEXVIT MINI BAND**

Das kleine Band mit großer Wirkung. Dieses Widerstandsband ist Made in Germany, hergestellt aus textilumwebtem Gummi für ein großartiges Hautgefühl und darüber hinaus im Besitz eines Ökotex-Zertifikats. Du kannst es zur Mobilisation und zur Aktivierung und Dehnung deiner Muskelgruppen verwenden. Das bei 60°C waschbare Band gibt es in 6 verschiedenen Stärken – für alle Ansprüche und Trainings-Level.



#### **FLEXVIT RESIST BAND**

Sprint, Sprung und Agilität. Dieses Resist Band ist nach den höchsten Ansprüchen von Profisportlern und Physiotherapeuten angefertigt und ist besonders für dein Sprungtraining, für einen kreativen Einsatz in der Rehabilitation, für dein High-Intensity-Training und für sportartspezifisches Techniktraining geeignet. Auch diese Bänder-Reihe glänzt mit anti-allergischen Herstellungsmaterialien und ist sowohl einzeln in 4 Stärken als auch im kompletten 4er Set erhältlich.





**FLEXVIT REVOLVE BAND**

Die erste Wahl für deine Rotations- und Antirotationsübungen. Die Revolve Bänder bieten dir ein optimales und ganzheitliches Core-Training – gleichzeitig aber auch die Möglichkeit einer zielgenauen Ansteuerung von bestimmten Körperpartien. Dieses Band verfügt außerdem über die gewohnt hohe FLEXVIT Qualität und ist damit enorm robust und reißfest. Mit seiner kompakten Größe und erhältlich in 4 verschiedenen Stärken, passt es sogar in deine Hosentasche.



**FLEXVIT MULTI BAND**

Dein freies Training für Kraft, Ausdauer, Balance, Core und Flexibilität. Diese Band-Variation eignet sich sowohl für Anfänger als auch für Profis, egal ob zuhause oder unterwegs. Die Einsatzgebiete umfassen sowohl physiotherapeutische Zwecke als auch das Training für nahezu jede Muskelgruppe- und -kette. Die Übungsvariationen sind für dich nahezu unbegrenzt und du kannst aus 3 verschiedenen Stärken wählen.



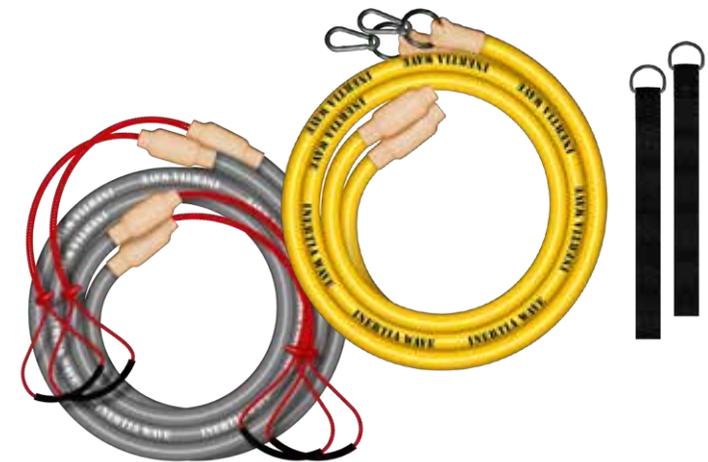
**FLEXVIT PATBAND**

Beinahe einmal um die Welt geht das über drei Meter lange PATband. Bei einer maximalen Ausdehnung kommt es sogar auf bis zu ca. 9 Meter und hat zudem 16 eingenähte Schlaufen, damit du die Möglichkeit hast das Band vielseitig einzusetzen. Das PATband ist DER Allrounder für dein Functional Training und in enger Zusammenarbeit mit dem PAT-System Entwickler und dem Athletiktrainer Patrick Herzog entstanden.



# INERTIA WAVE™

## // HOCHINTENSIVES TRAINING



### INERTIA WAVE SINGLE & DUO

Die Inertia Wave wurde speziell für HIIT (High Intensity Interval Training) entwickelt. Sie setzt sich aus zwei Naturlatexschläuchen zusammen, die durch den Rückprall während der Anwendung kontinuierlich Widerstand erzeugen. Das sorgt für ein effektives Ganzkörpertraining, das die sportliche Leistungsfähigkeit von Top Athleten, Militärpersonal, Feuerwehrleuten oder auch Hobbysportlern verbessern kann.

HIIT kann unheimlich anstrengend, aber auch Spaßig zugleich sein! Besonders, wenn die Inertia Wave DUO mit dem Trainingspartner zum Einsatz kommt – denn auch hier gilt: Geteiltes Leid ist halbes Leid!

# PowerCube

// **BODY CONTROL.  
POWER.**



## **POWERCUBE**

Das dreidimensionale Cube-Wunder. Von Liegestützvariationen über Pull- & Pushübungen bis hin zu verschiedensten Haltepositionen – mit dem PowerCube sind deinem Bodyweight Training so gut wie keine Grenzen gesetzt.

Das hochrobuste Trainingsgerät, das der Calisthenics-Athlet Tim Wacker in Zusammenarbeit mit Physiotherapeuten, Profisportlern und Sportorthopäden entwickelt hat, liefert dir zahlreiche Trainingsoptionen mit deinem eigenen Körpergewicht und fördert so deine Körperkontrolle, deine Koordination & deine Kraft.



**FULL RANGE  
OF MOTION.**



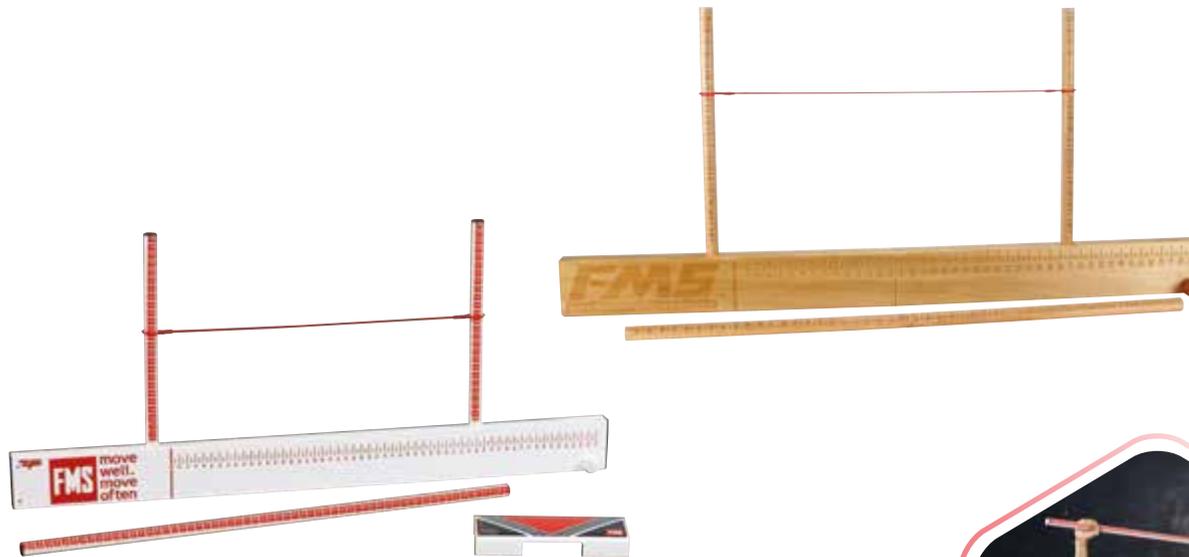
#### **MOBILITY STICK**

Stretching mal anders. Der Mobility Stick ist ein revolutionäres Trainingstool zur Verbesserung deiner funktionellen Beweglichkeit, deiner Körperhaltung & Stabilität und deines Körperbewusstseins. Das Training mit diesem flexiblen Stick, den es in 5 verschiedenen Längen und 2 unterschiedlichen Stärken gibt, verhilft dir deine „Range of Motion“, also deinen Bewegungsradius, zu verbessern.

Das Tool ist sowohl perfekt für dein Warm-Up als auch für verschiedene Stretching-Übungen und verhilft deinem Körper und dem zentralen Nervensystem die neuen Bewegungsimpulse schneller und besser zu adaptieren.



**MOVE WELL.  
MOVE OFTEN.**



### FUNCTIONAL MOVEMENT SYSTEMS TEST KIT

Schnell und einfach Beweglichkeit und Verletzungsrisiko analysieren. Mit dem FMS Test Kit kannst du die Leistung deiner Mitglieder vor und nach Rehabilitationsphasen, nach der Durchführung gezielter Trainingsprogramme oder vor dem Wiedereinstieg in den Sport, messen. Vier standardisierte und weltweit bekannte Verfahren zur Analyse von fundamentalen Bewegungsmustern, Dysfunktionen und Asymmetrien zeigen dir, ob dein Kunde in seiner Bewegung funktionelle Symmetrie aufweist.

Die dazugehörige Motor Control Screen Slide Box ist ein wichtiges Ausrüstungsteil, das dir Informationen darüber liefert, wie du deine Bewegung durch einbeinige oder einarmige Bewegungskompetenz stabilisieren, balancieren und kontrollieren kannst.

Das FMS Test Kit gibt es in einer Holz- und Kunststoffvariante.



### WERDE FMS EXPERTE!

Du willst mehr über das standardisierte und weltweit bekannte Verfahren von Gray Cook und Lee Burton zur Analyse von fundamentalen Bewegungsmustern lernen? Dann nimm an unserem Functional Movement Screen Seminar teil!

Weitere Infos zur Ausbildung findest du auf Seite 88 oder hier:



A man and a woman are exercising on Assault Fitness air bikes in a gym. The woman is on the left, wearing a blue sports bra and black leggings. The man is on the right, wearing a blue t-shirt and black shorts. They are both focused on their workout. The background is a dark blue wall with an orange horizontal stripe. The floor is green with white yard lines.

**TRAIN LIKE  
A PRO.**



### **ASSAULT RUNNER PRO**

Bist du bereit dein Training wieder selbst in die Hand zu nehmen? Der Assault Runner Pro ist eine neue Art von Laufgerät, das komplett von dir gesteuert wird, d. h. du hast die Kontrolle über deine Geschwindigkeit, Schritte und Leistung. Während du motorisierte Laufbänder nach Belieben einschalten, anpassen und ausschalten kannst, fordert der Assault Runner Pro ständig deine volle Aufmerksamkeit und verlangt 100 % Einsatz bei jedoch deutlich reduziertem Verletzungsrisiko.

Er wurde aus hochwertigem Stahl gefertigt und mit einer schwarzen stylischen Pulverbeschichtung umhüllt. Durch eine kompakte, platzsparende Bauweise und mit eingebauten Transportrollen versehen, ist der Assault Runner Pro benutzerfreundlich, problemlos zu bedienen und benötigt keinen Stromanschluss.

Der Assault Runner Pro ist außerdem mit Bluetooth ausgestattet, sodass du ihn mit deinem Smartgerät koppeln kannst, um dein Training zu verfolgen oder aus den integrierten Trainingsprogrammen zu wählen.



# **ASSAULT** FITNESS

### **ASSAULT AIR BIKE PRO**

Du definierst deinen Widerstand. Das Assault Air Bike Pro ist das ultimative Tool für dich, wenn du ein individuelles und leistungsstarkes Trainingserlebnis suchst. Der Widerstand erhöht sich automatisch, wenn du Tritt- oder Ziehgeschwindigkeit erhöhst. Daher brauchst du für dein Training auch keinen Stromanschluss. Das Hybrid-Bike ist langlebig, kompakt, wartungsarm und sowohl für den Einsatz zu Hause als auch im Fitnessstudio ausgelegt.

Ein hoch belastbarer Stahlrahmen und verstärkte Stahlpedale sorgen für die nötige Stabilität und Balance. Durch abgedichtete Patronen- und Tretlager wird das Bike vor Schweiß, Staub und Schmutz geschützt. Mit seinem gepolsterten Sitz und den praktischen Lenkergriffen ist das Assault Air Bike Pro das benutzerfreundlichste Rad, das es derzeit auf dem Markt gibt.

Der LCD-Bildschirm ist mit Bluetooth ausgestattet, sodass du ihn mit deinem Smartgerät koppeln kannst, um dein Training zu verfolgen oder aus den integrierten Trainingsprogrammen zu wählen.

# PB FACILITY DESIGN



## // **WARUM PLANST DU AM BESTEN MIT UNS?**

Weil für uns im Mittelpunkt unseres Handelns steht, dir als Kunde immer die beste Lösung zu bieten. Weil wir dich begleiten, von der Planung über die Visualisierung bis hin zur Implementierung – und natürlich auch darüber hinaus.

Weil wir ein Gesamt-Konzept bieten, das dich umhauen und funktionieren wird.

Und, weil wir das schon in über 1000 Studios bewiesen haben.

Wir erstellen mit dir zusammen dein individuelles Functional Training Konzept für dein Fitnessstudio, deine PT Studio, deine Physio Praxis, deinen Functional Training Club oder dein Home Gym. Außerdem beraten wir dich, wie du eine bereits vorhandene Fläche effektiver nutzen kannst – und das alles im Rahmen deines Budgets und deiner Möglichkeiten.



## // **WIR MACHEN DEINEN TRAUM VOM EIGENEN STUDIO WAHR.**



## // ALLES AUS EINER HAND



PLANUNG &  
KONZEPTION



AUSSTATTUNG



AUSBILDUNGEN



TRAININGSPLÄNE &  
KURSKONZEPTE



MARKETING



SUPPORT



ZAHLUNGS-  
KONDITIONEN



NETZWERK &  
COMMUNITY

### DEINE VORTEILE AUF EINEN BLICK

- ◆ Modulare und vollständige Functional Training Area inkl. Kursformate
- ◆ Qualitätsführerschaft
- ◆ Kontinuierliche Weiterentwicklung
- ◆ Content inkl. Mediaplanung
- ◆ Aufbau einer Community
- ◆ Support durch extensives Trainernetzwerk
- ◆ Flexible Finanzierungsmodelle
- ◆ Schnelle Amortisierung





**3 SCHRITTE ...**

## // ... ZU DEINER PERFEKTEN LÖSUNG



# 1

### **BEDARFSANALYSE, KONZEPTION UND BUDGETIERUNG**

Nenne uns deine Ideen, Träume und Ansprüche. Egal ob du schon konkrete Vorstellungen hast oder wir zusammen ganz von vorne beginnen – wir holen dich genau an deinem Standpunkt ab, beraten dich ausführlich, vermessen deinen Raum oder dein Studio und sagen dir detailliert was im Rahmen deines Budgets möglich ist. Aufgrund unserer langjährigen Erfahrung sind wir in dieser Phase auch in geschäftsspezifischen Fragen für dich da.



# 2

### **VISUALISIERUNG UND STRATEGIEPLANUNG**

In diesem Schritt erstellen unsere Facility Design-Experten eine 3D-Visualisierung deiner Räumlichkeiten und besprechen mit dir, wie die Lieferung, der Bau und die Implementierung deiner Functional Training Area ablaufen werden. Im sogenannten Feintuning gehen wir nochmal gezielt und detailliert deine Erwartungen durch und legen das endgültige Budget fest. Dann steht deinem Traum nichts mehr im Weg.



# 3

### **IMPLEMENTIERUNG UND FERTIGSTELLUNG**

Wir garantieren dir eine perfekte Fertigstellung deiner Functional Training Area. Mit unserem Versprechen „ALLES AUS EINER HAND“ bist du nach der „schlüsselfertigen“ Implementierung direkt bereit durchzustarten. Passend zugeschnittene Trainingskonzepte, gezielte Trainerschulungen und immer neuestes Marketing-Material runden deinen Traum ab. Und das große Plus: Die Zusammenarbeit mit uns bedeutet für dich eine kontinuierliche Unterstützung – auch nach Projektabschluss.

# FITNESS STUDIO



## // CLEVERFIT NEUBRANDENBURG

### Implementierung:

Functional Training Area auf 75 m<sup>2</sup>

### Statement CleverFit Neubrandenburg:

*„Wenn Du aktiv leben und deinen ganzen Körper trainieren möchtest, bietet dir unser CleverFit Neubrandenburg nun die besten Voraussetzungen dafür. Erfolgreich hat Perform Better bei uns eine einzigartige Functional Training Area implementiert.*

*Ein cooles und modernes Design, hochwertiges Equipment, ein durchdachtes Trainingskonzept und ausgezeichnet geschulte Trainer. Das zeichnet nun unseren CleverFit Standort Neubrandenburg aus.“*



### AUSSTATTUNG

- PB Ski Trainer
- Kniebeuge Station
- Klimmzug Station mit vielen coolen Griff Varianten
- Rope Station
- Wall Bar Plate
- Dip System
- Torso Trainer
- Kettlebell Ablage
- Bankdrückstation
- Ringe
- Sprinttrack
- AssaultBike
- PB Rower

# PT LOUNGE



## // FIVE HOME MÜNSTER

### Implementierung:

Personal Training Lounge auf 400 m<sup>2</sup>

### Statement five home Münster:

*„Es ist wichtig, den hektischen Alltag auch mal zu unterbrechen, durchzuatmen und deinen Körper mal wieder von einer ganz anderen Seite zu spüren und kennenzulernen. Unser Personal Training Gym im Herzen von Münster bietet dir dank Perform Better auf insgesamt 400 m<sup>2</sup> alles, was du für deinen Ausgleich und dein funktionelles & ganzheitliches Training benötigst.*

*In einer unvergleichlichen Atmosphäre mit Blick auf den alten Güterbahnhof wirst du lernen, mit deinem Körper auf der Trainingsfläche an deine Grenzen zu gehen.“*



### AUSSTATTUNG

- 10 Meter Turf
- 1 Rack
- 2 Cardiogeräte
- Kleinequipment

# PHYSIO PRAXIS

A wide-angle photograph of a gym interior. The room features a high ceiling with exposed wooden beams and fluorescent lighting. In the foreground, a blue mat with white yardage markings (numbers 1-9) is laid out on the floor. To the left, there are several weight racks filled with black weights, including a squat rack and a bench press rack. In the background, there are more gym equipment, including a rowing machine and a window with a circular porthole. The overall atmosphere is clean and professional.

## // **PHYSIO-WERK IN OBERKRÄMER BEI BERLIN**

### **Implementierung:**

Physiopraxis auf 600 m<sup>2</sup>

### **Statement Physio-Werk:**

*„Unser Physio-Werk in Oberkrämer bei Berlin bietet dir, dank des Gesamtkonzepts von Perform Better, ideale Voraussetzungen, um sowohl ein effektives Training durchzuführen als auch eine Therapie in Anspruch zu nehmen.“*

*Von Prävention bis hin zu Rehabilitation bietet unsere Praxis alles an. Dabei setzen wir vor allem auf funktionelles Training. Unser umfangreich ausgestatteter Trainingsraum lässt keine Wünsche offen.“*



### AUSSTATTUNG

- 15 Meter Turf
- 2 PB Half Racks
- 2 Assault Air Bikes
- 1 Ski Trainer
- 2 Assault Air Runner
- 1 PB Rower
- Schlitten
- Kleinequipment



**FT-CLUB**  
AL TRAINING

**FT-CLUB**



## // FT-CLUB MÜNCHEN

### Implementierung:

Stand Alone FT-CLUB auf 600 m<sup>2</sup>

### Statement FT-CLUB München:

*„Unser FT-CLUB München ist die coolste Trainingslocation der Stadt. Wir bieten professionell betreutes Kleingruppentraining in einzigartiger Atmosphäre für mehr Spaß beim Training, mehr Motivation und bessere Ergebnisse.“*

*Komm vorbei und probiere unser, von Perform Better implementiertes Trainingssystem, das für jeden die richtige Herausforderung bereithält. Ob mehr Beweglichkeit im Mobility-Kurs oder Auspowern in unserem Burn-Kurs – mit unserem Training kommst du an dein Trainingsziel!“*



### AUSSTATTUNG

- 60 Meter Turf
- 3 Racks
- 2 Rigs
- 15 Cardiogeräte
- Kleinequipment

**VON ATHLETEN  
FÜR ATHLETEN**

## // HOCHWERTIGE RIGS & RACKS FÜR DEIN STUDIO

**PB**  
**STEEL**

Unsere Gym-Rigs & Racks werden in Dänemark aus hochwertigem Stahl hergestellt und verfügen über eine breite Palette an Attachments & Custom Optionen. Ob für Home-Gyms, Fitnessstudios, Performance Center, Crossfit Boxen oder Profiteams – die Anpassungsmöglichkeiten unserer PB STEEL Rigs & Racks sind fast unendlich und überzeugen mit ihrer Robustheit & Premium-Qualität.

Alle Designs sind individuell und können auf jedes Budget angepasst werden. Selbstverständlich sind auch Standardoptionen für dich verfügbar.



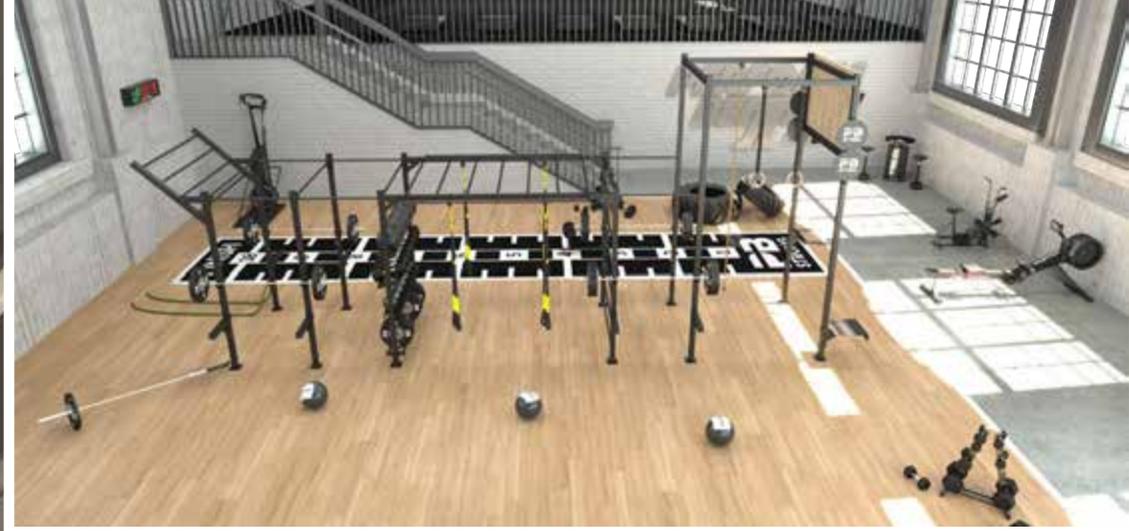
## // **DESIGNE JETZT DEIN PB STEEL RIG ODER RACK**

Je nach Konfiguration sind all unsere Rigs & Racks ideal zum Squaten, Benchen, für Muscle Ups, Pull Ups, Calisthaenics, TRX, Ring-Anbringungen und vieles mehr, geeignet.

Bestimme deine Installationsart: Wand-Montage, Boden-Montage oder freistehend.  
Wähle dann aus den Attachment Optionen deine Wunsch-Zusammenstellung aus:  
J-Cups, Landmine, Jump Plate, Dip Station, Safety Spotter, Wing Attachment,  
Monkeybar, Sprossenwand, Plate Storage, Ball Targets uvm.



- ◆ 80 x 80 mm Stahl
- ◆ 4 mm stark
- ◆ Laser Cut & pulverbeschichtet
- ◆ Custom Style oder Standard
- ◆ Produziert in DÄNEMARK





**URBANER STYLE.  
VIELSEITIGKEIT.**

**// DU WILLST HOCHFUNKTIONALE  
TRAININGSLÖSUNGEN – UND DAS AM  
BESTEN „MADE IN GERMANY“?**

FUNS ist seit 2011 einer der Vorreiter am Markt für funktionale Training Tower und überzeugt durch höchste Qualität und Vielseitigkeit. Dank verschiedener, bis ins Detail durchdachter Indoor- und Outdoor-Modellvarianten, bietet FUNS für unterschiedlichste Flächen Systemlösungen zur Schaffung deiner Functional Training Area an. Gepaart mit einem umfangreichen Implementierungs-, Schulungs- und Marketingkonzept wirst du bei der Einbindung des Functional Trainings in dein Studiokonzept bestens unterstützt.

***FUNS***

— TRAINING TOWER —

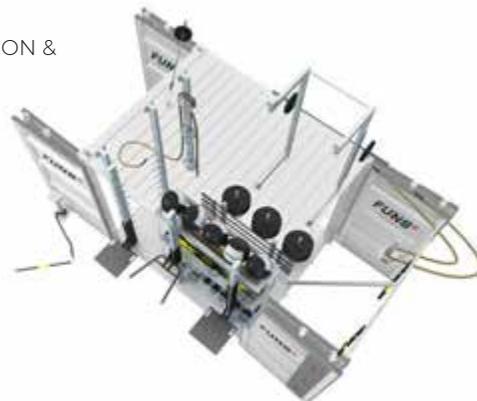




### FUNS C

Abstellen – Türen auf – Los geht's. Der FUNS C Training Container ist ein einzigartiger und preisgekrönter Fitness-Container, der in Zusammenarbeit mit der Universität der Bundeswehr München entwickelt wurde. Er ist in weniger als 10 Minuten einsatzbereit und bietet dir die Lösung für ein Training mit bis zu 25 Personen. Der Container im unverwechselbaren urbanen Style ist vielseitig und sowohl in deinem Indoor- als auch in deinem Outdoorbereich einsetzbar.

2017 wurde er mit dem FIBO INNOVATION & TREND AWARD ausgezeichnet.



### FUNS CC

Boxgebunden, freistehend, transportfähig und absolut witterungsbeständig. Der FUNS CC 20/WING ist ein modulares Trainingssystem, basierend auf einem 20 Fuß Seecontainer. Die 100% wasserdichte Trainingsstation wurde für ein funktionales- und militärisches Fitness-training entwickelt.

Dein FUNS CC Container kann frei mit modularen Außenbauteilen & Gestellen gestaltet werden. Er ist schnell verlegbar, schnell auf- & abbaubar und transportierbar per Luft, Land, Schiene und See. Nach dem Training kannst du alle Anbauteile ganz leicht im Inneren verstauen und den Container sicher abschließen.

# FUNS

FUNS in Aktion –  
jetzt anschauen!



## FUNS B

Edler geht es nicht. Mit der FUNS B-Reihe wurde für dich eine Kollektion von Bridge- und Wallsolutions entwickelt, die an Möglichkeiten und Qualität kaum zu überbieten sind. Erweitere dein Trainingsangebot durch zahlreiche Tools für Stations- & Zirkeltraining.

Deine neue Functional Zone bietet deinen Trainern effektive und zeiteffiziente Trainingsvarianten und eröffnet dir die Möglichkeit in Gruppenworkouts deine Mitglieder-Community zu stärken – vom Fitnesssteiger bis zum Profi. Lass dir deine perfekte Systemlösung jetzt zusammenstellen.

## FUNS M

Der Trolley unter den boxgebundenen Trainingssystemen. Der FUNS M ist eine kleine, freistehende Trainingsstation, die du schnell montieren kannst und die lediglich einen kleinen Platzbedarf von 1,5m<sup>2</sup> bzw. einen gesamten Platzbedarf beim Training von ca. 12m<sup>2</sup> benötigt. Ebenso wie der große FUNS CC Container ist der kleine FUNS M witterungsbeständig. So darfst du ihn getrost bei Wind und Wetter draußen stehen lassen und dein Outdoorbereich wird zu einer ganzjährigen Trainingsattraktion.

Alle Anbauteile und Gestelle kannst du zum Transport in der Box verstauen. Die Box kann wie ein Trolley auf Rädern gezogen werden.





**INSTITUTE**

Das PERFORM BETTER INSTITUTE ist das etablierte Aus- und Weiterbildungsinstitut mit langjähriger Erfahrung im Functional Training. Egal ob du Berufseinsteiger oder angehender Experte bist, hier bist du genau richtig.

Ein komplett neues Ausbildungsprogramm bietet nun allen Trainerinnen und Trainern Chancen von Ausbildungen und Fortbildungen auf höchstem Standard zu profitieren. Fünf völlig verschiedene neu konzipierte Journeys setzen einen gezielten Fokus auf dein Fachgebiet.

Mit uns ist bereits dein Weg erfolgreich, deine Ziele und dein persönlicher Erfolg eine logische Konsequenz!

A photograph of three women in a gym setting, each performing a kettlebell exercise. They are in a lunge position, holding a kettlebell with one hand raised high. The gym has a concrete floor, metal beams, and hanging rings. In the background, there is a wall with large, faded text that reads "STAINA SPED ENDURANCE STRENGTH EXP... VITY".

**EINZIGARTIGE FORMATE.  
BESTE REFERENTEN.  
INDIVIDUELLE BERATUNG.**

## // DEIN WEG

Bist Du Coach, Physiotherapeut, Vereinstrainer oder ambitionierter Sportler und suchst ein breiteres Spektrum für deine Weiterentwicklung, sowie für deinen beruflichen und sportlichen Erfolg?

Das PERFORM BETTER INSTITUTE bietet mit seinem umfangreichsten Ausbildungsangebot im deutschsprachigen Raum in den Bereichen Functional Training, Gesundheit, Personal Training, Prävention und Rehabilitation, sowie Athletiktraining und Neurozentriertes Training einzigartige Möglichkeiten. Egal, ob du eine unserer fünf Journeys als Expertenempfehlung online, live oder hybrid verfolgen willst, oder du dir dein Ausbildungsprogramm individuell zusammenstellen möchtest – wir beraten dich gerne und professionell.



## // UNSERE EXPERTENTIPPS FÜR FITNESSENTHUSIASTEN!

Auf unserem Instagram Account gibt es immer aktuelle und neue Informationen zu unseren Kursen, Live Talks mit Coaches, kostenlose Einblicke in Fachthemen und vieles mehr.

**Auf geht's:** Folgen, Beitragsbenachrichtigungen aktivieren und herausfinden, was wirklich funktioniert!



## // DAS WEITERBILDUNGSANGEBOT

JETZT NEU! Die Möglichkeit dich zum Certified Professional in den Fachgebieten Functional Training, Athletic Training, Health Training, Neuro Training oder Personal Training ausbilden zu lassen.

Neue Perspektiven und Chancen durch unser Angebot an unterschiedlichen Bundles. Du entscheidest in welchem Bereich du dich zum Experten ausbilden lässt und welches Bundle für dich und deinen Karriereweg das Passende ist. Erhalte ein Abschlusszertifikat und profitiere von vielen weiteren Benefits als Certified Professional wie Rabatte auf Events, Online Kurse und vieles Mehr.

Infos dazu findest du auf unserer Homepage [www.pb-institute.de](http://www.pb-institute.de) unter dem Menüpunkt Journey.

### VOM EINSTEIGER BIS ZUM PROFI – WIR SCHÄRFEN DEIN PROFIL!

+49 89 4444679-251  
seminare@perform-better.de

Live Workshops, Events &  
Online Plattform



# // DEINE NEUE ONLINE FORTBILDUNGS- PLATTFORM – ONLINE. ON DEMAND.



## **DU WILLST IN ECHTZEIT UND AKTIV MIT ANDEREN ZUSAMMEN AN EINEM KURS TEILNEHMEN?**

Dann sind unsere **LIVE ONLINE KURSE** genau das Richtige.

### **DEINE VORTEILE**

- Umfangreiches Angebot
- Fester Termin
- Aktive Teilnahme am Kurs
- Direkte Fragerunden mit dem Referenten
- Austausch mit dem Referenten und den anderen Teilnehmern via Chat Funktion
- Keine zusätzlichen Kosten wie Unterkunft und Fahrt

## **DU INTERESSIERST DICH FÜR KEIN SPEZIELLES THEMA?**

Dann sind unsere **On-Demand KURSE** genau das Richtige.

### **DEINE VORTEILE**

- Umfangreiches Angebot
- Kein fester Termin
- Bestimme Dein Lerntempo – stoppen, zurückspulen, mehrfach anschauen
- Flexibel und überall verfügbar
- Keine zusätzlichen Kosten wie Unterkunft und Fahrt





#### FUNCTIONAL MOVEMENT SCREEN

Der Functional Movement Screen ist ein standardisiertes und weltweit bekanntes Verfahren von Gray Cook und Lee Burton zur Analyse von fundamentalen Bewegungsmustern. Die Ergebnisse liefern die notwendigen Informationen zur Erstellung von individuellen Trainingsplänen, um Schwächen gezielt auszugleichen und die Bewegungskompetenz zu verbessern. Das Seminar Functional Movement Screen Level 1 lehrt die korrekte Durchführung, Bewertung und Interpretation der Ergebnisse des Functional Movement Screens. Aufbauend darauf wird zu jedem untersuchten Muster ein Übungskatalog an unterschiedlichen Korrekturübungen durchgeführt. Zusätzlich erhältst du Zugang zu exklusiven Online-Leistungen, die nur zertifizierten FMS-Experten zugänglich sind.



#### NEURO.TRAINING

Neurozentriertes Training und Neuroathletik Training sind in aller Munde. Immer mehr Menschen profitieren von den vielfältigen Möglichkeiten, die diese neue Trainingsform bietet. Das Gehirn und das Nervensystem sind die im Hintergrund operierenden Systeme, die die körperliche Leistungsfähigkeit maßgeblich bestimmen. Die Qualität der Bewegung bestimmt die Qualität und Wirksamkeit des Trainings in höchstem Maße. Aus diesem Grund haben wir das umfangreiche und komplexe Thema des Neuro Trainings in enger Zusammenarbeit mit Experten neu definiert und in drei Fachbereiche gegliedert: funktionelles, therapeutisches und sportspezifisches Neuro Training.

[www.neuro.training](http://www.neuro.training)

# Coach better



## YOUR PERSONAL TRAINING BUSINESS

In dieser 4-teiligen Video on Demand Reihe zeigen Dir die beiden Experten **STEFAN LIEBEZEIT** und **BORIS NICO-LAUS** Schritt für Schritt im Detail, wie Du Dir ein erfolgreiches Personal Training Business aufbaust und Dein bestehendes Personal Training Business auf das nächste Level bringst. Die **4 MODULE** sind so angelegt, dass diese genau den Ablauf abbilden: Von den ersten Gedanken zur Selbstständigkeit über den Kundenerstkontakt bis hin zum Aufbau langfristiger Kundenbeziehungen – das Ganze in einer wirkungsvollen Mischung aus Theorie und Praxis.

- Für einen strukturierten Start in Deine Selbstständigkeit
- Für maximale Erfolge im Verkauf
- Für langjährige Kundenbeziehungen und -partnerschaften
- Für Spaß bei Deinem Traumjob

[www.coach-better.com](http://www.coach-better.com)

”**EIN ZIEL OHNE  
PLAN IST NUR  
EIN WUNSCH.**



## TRX SUSPENSION TRAINING COURSE

Funktionelles Training ist ein Alleskönner. Ob Kraft, Ausdauer, Mobilität, Stabilität oder Koordination – alles wird durch funktionelles Training gesteigert. Die Qualität deines Trainings wird sich durch die Flexibilität des TRX Suspension Trainers deutlich steigern. Im Handumdrehen kannst du von einer Oberkörper- in eine Unterkörperübung wechseln oder eine der schier endlosen Varianten anbieten. Auch bezüglich der Trainingsform ist mit dem TRX Schlingentrainer fast alles möglich. Ob du die Stabilität verbessern willst, die Mobilität, Kraft, Ausdauer oder Koordination – der Schlingentrainer ist richtig eingesetzt ein echtes Ass im Ärmel.



17.-19.06.2022



# FUNCTIONAL TRAINING SUMMIT

**10** JAHRE JUBILÄUM

- 🔥 Pre-Conference: 16. Juni 2022
- 🔥 Mit Don Saladino, Kelly Starrett, Eberhard Schlömmer, Martin Rooney, Der Fitnessprofessor (Dr. Stephan Geisler) uvm.

Die größte Functional Training Community vereint sich zum 10-jährigen Jubiläums-Summit von 17.-19.06.2022 in Grünwald, München! Die führenden nationalen und internationalen Experten und die Elite aus der ganzen Welt, ruft Perform Better erneut zusammen, um den alljährlich legendären Functional Training Summit ein weiteres Mal zu beschreiten.

Und das mit nur einem Ziel: allen Trainern, Physiotherapeuten, Sportlern und Allen, die Teil der größten FT-Community Europas werden wollen eine Plattform des Austausches, der Weiterbildung und der Innovation bieten zu können.

[www.ft-summit.de](http://www.ft-summit.de)

A group of diverse, fit people are posing for a selfie in a gym. They are all smiling and looking towards the camera. The man in the foreground is holding a smartphone high to take the picture. The background shows gym equipment and a chalkboard with writing. The overall atmosphere is energetic and positive.

**DU GEHÖRST  
DAZU!**

## // #WEAREFTCOMMUNITY

Du bist Functional Trainer oder möchtest einer werden?

Du hast bereits Functional Training Tools und brauchst neuen Input?

Du möchtest im Austausch mit anderen Kollegen bleiben?

Du möchtest Tipps von unseren Mastertrainern?

### **Dann werde Teil unserer FT Community!**

Nur durch dich und mit dir zusammen kann unsere Community wachsen, alles geben und großartige Arbeit leisten. Du machst uns zu dem was wir sind – eine große Gemeinschaft, die das Ziel hat, Functional Training in der Fitnessbranche immer größer werden zu lassen.

In unserer Community wirst du von uns regelmäßig über die neuesten Trends und Themen informiert und bekommst Tipps von den besten Mastertrainern, die die Functional Training Welt zu bieten hat.

## // **WIR HABEN FÜR DICH EINE GROSSE AUSWAHL AN MÖGLICHKEITEN!**

**PERFORM  
BETTER!**  
**EUROPE**



Abonniere unseren **YouTube Kanal**, in dem wir dich regelmäßig mit dem neuesten Input füttern. So bleibst du immer auf dem Laufenden und kannst das Gelernte und Gesehene sofort zu Hause ausprobieren. Du kannst damit dein Übungs-Repertoire aufstocken oder dein neues Wissen an deine Kunden und Mitglieder weitergeben.



Natürlich kannst du uns auch auf **Instagram** und **Facebook** folgen. Hier erfährst du alles über aktuelle Angebote, neue Produkte und was in der virtuellen Functional Training Welt noch so vor sich geht.



Für unsere Community stellen wir außerdem regelmäßig exklusive **Newsletter** zusammen, damit du als Erster über unsere Neuigkeiten wie z.B. Events, neue Ausbildungen, innovative Produkte und Angebote informiert wirst.



Natürlich wäre eine Community nichts ohne **einen persönlichen Austausch**. Egal ob virtuell oder von Mensch zu Mensch bzw. Trainer zu Trainer – bleib am Puls der Zeit und tausche dich mit Kollegen aus oder hole dir Tipps von den Mastertrainern. Die beste Möglichkeit hierzu bietet sich für dich bei unseren **Functional Training Events** – online & offline.



*Steige mit uns zusammen in dein FT Community Leben ein. Wir sorgen dafür, dass du dich wohlfühlst, mit tollem Mehrwert versorgt wirst und gerne dabei bist.*

// **DEINE ANSPRECHPARTNER**



**MARCEL JOHN**

Geschäftsführer  
Studiosales für PLZ 0, 1, 3

+49 89 5008079-16  
+49 171 2631681  
mjohn@perform-better.de



**DANIEL FITSCHEN**

Vertriebsleitung  
Studiosales für PLZ 2, 4, 5

+49 89 5008079-22  
dfitschen@perform-better.de



**HANNES THIES**

Vereine / Verbände  
Studiosales für PLZ 8, 9

+49 89 4444679-168  
hthies@perform-better.de



**MATTHÄUS LAMPL**

Gesamt Österreich (AT)  
und Schweiz (CH)

+43 732 2728800  
mlampl@perform-better.de



**ROBERT SCHILLER**

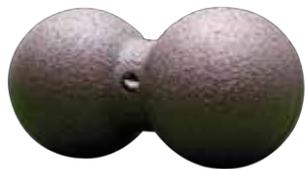
Online Händler  
Stationäre Fachhändler  
Studiosales für PLZ 6, 7

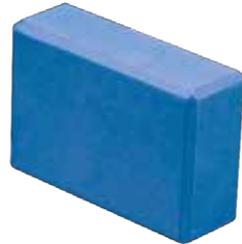
+49 89 5008079-27  
rschiller@perform-better.de











***MAKING THE WORLD MORE FUNCTIONAL.***

FTC Functional Training Company GmbH  
Perform Better Europe  
Pelkovenstr. 148 / D-80992 München

Telefon: +49 (0) 89 4444679-250  
E-Mail: [info@perform-better.de](mailto:info@perform-better.de)

[www.perform-better.de](http://www.perform-better.de) | [www.pb-institute.de](http://www.pb-institute.de)  
[www.perform-corporate.de](http://www.perform-corporate.de) | [www.perform-digital.de](http://www.perform-digital.de)

