DAS ENERGETICUM LIPPSTADT HAT FÜR JEDEN DAS RICHTIGE ANGEBOT

Muskulatur aufbauen

Trainiere sie oder verliere sie. Unsere Muskeln sind das Triebwerk unserer Gesundheit. Wenn Sie ein regelmäßiges Muskeltraining ausüben, bleiben Sie langfristig vital und fromen und straffen Ihren Körper.

Diagnostik: Körperanalyse

Mit den Diagnostik-Methoden im Energeticum erhalten Sie wichtige Informationen über Ihr aktuelles Leistungsvermögen. Eine fundierte Körperanalyse gibt wertvolle Rückschlüsse für eine individuelle Trainings- und Ernährungsplanung.

Personal Training

eine der erfolgreichsten Investitionen in Ihren Körper! Ohne qualifizierte Fitnessexperten geht auch in guten Fitness-Clubs gar nichts. Ein Personal Coach führt Sie schnell und effektiv zu Ihrem persönlichen Ziel.

Ausdauer steigern

Cardio-Training verbessert Ihre allgemeine Leistungsfähigkeit für nahezu alle Sportarten. Herz-Kreislauf-Training hilft zur Vorbeugung von Zivilisationskrankheiten wie Bluthochdruck, Übergewicht und Diabetes und baut Stress ab.

Fitness spüren

Beim Fitnesstraining sollte gleichermaßen Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination trainiert werden, um bestmögliche Trainingserfolge zu erzielen. Dadurch werden die körperliche Leistungsfähigkeit und Ihr Immunsystem gestärkt.

Der eGYM Zirkel

Die Trainingsmethoden von eGYM ermöglichen das gesamte Muskelpotenzial in nur einem Satz komplett auszuschöpfen. Mit acht Geräten deckt dieser Kraftzirkel alle wichtigen Muskelgruppen für ein intensives Ganzkörpertraining ab.

Präventions-Zirkel

Ein gelenkschonendes und sicheres Training bei Knie-, Hüft-, Schulter-, Arthrose, Osteoporose- oder Rückenproblemen ist dadurch möglich. Ideal geeignet für Fitnesseinsteiger, ältere Clubmitglieder und für Personen mit orthopädischen Einschränkungen.

Flexx Rückgrat-Konzept

Beweglichkeit durch Muskellängentraining für mehr Lebensqualität. Durch regelmäßiges Stretching am Flexx Geräte-Parkours wird die Muskulatur beweglicher. So werden verkürzte und verspannte Muskeln gezielt in die Länge trainiert.

Faszien-Training

Bewegung und Druck fördern die Durchblutung, lösen so Verklebungen im Bindegewebe und die Versorgung mit Nährstoffen wird verbessert. Das Bindegewebe wird elastischer und widerstandsfähiger gegen Belastungen.

Functional-Training

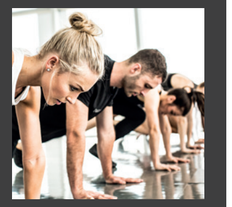
Verbessern Sie Ihre Fitness und bringen Sie Ihren Körper in kürzester Zeit in Form. Erleben Sie ein dynamisches Kleingruppentraining mit jeder Menge Spaß und Motivation. Geeignet für Jung und Alt vom Einsteiger bis hin zum Sportler.

Athletik-Zone

Entdecken Sie neue Übungen mit der „Olympischen-Langhantel" in Form von Basis-Bewegungen (Push and Press), sowie fortgeschrittene Gewichtheber-Techniken.

Groupfitness erleben

Zusammen Spaß haben, ins Schwitzen kommen und gute Laune sind garantiert. Unsere qualifizierten Instruktoren begleiten Sie mit spürbarer Begeisterung – lassen Sie sich anstecken und mitreißen!



Vibrafit Medic

Die Effizienz dieses Trainings beruht auf einer vibrierenden Bodenplatte, die Schwingungen in den Körper leitet und so alle wichtigen Muskelgruppen trainiert. Die Übungsvielfalt ermöglicht kräftigende Dehnübungen mit Massageeffekt.

Ernährungsberatung

Gesund abnehmen und sich richtig ernähren gehören zusammen. Nutzen Sie zur Umsetzung Ihrer Ziele unser Experten-Team mit individueller Diagnostik, begleitendem Informationsmaterial sowie einem fundierten Betreuungskonzept.

Schwangere & junge Mütter

Sport in und nach der Schwangerschaft ist nicht verboten. Ganz im Gegenteil. Angepasste sportliche Aktivitäten können den Verlauf einer unkomplizierten Schwangerschaft und auch die Geburt positiv beeinflussen.

Wellness genießen

Zum Fitnessclub Energeticum gehört eine eigene Wellness-Anlage mit Außenbereich. Was könnte es Schöneres geben, als sich nach dem Training beim entspannenden Wellness-Programm zu belohnen- abzuschalten und neue Energie tanken.

Sauna-Landschaft

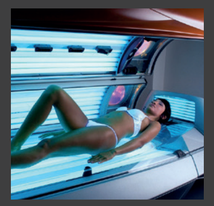
Je nach Vorliebe stehen eine 60 Grad Bio-Sauna mit Farblichttherapie, ein 42 Grad Dampfbad, eine finnische Außensauna mit 80 Grad, eine 90 Grad Aufguss-Sauna und eine neue Salzsauna zur Verfügung.

Massagen

Wohltuende Massagen, von klassisch bis hawaiianisch, wirken entspannend, belebend und schmerzlindernd. Die Durchblutung und der Stoffwechsel werden angeregt, Verspannungen gelöst und die Muskeln gelockert.

Hydrojet-Massage

Diese wohltuende Überwasser-Massage auf der Hydrojet-Bank ist eine weitere angenehme Möglichkeit in unserem Massage-Angebot. Bequem hinlegen, Beine ausstrecken, entspannen und die Wasserdüsen-Massage genießen.



Sonne und Solarium

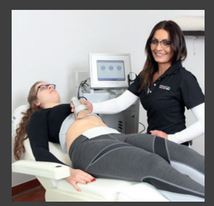
Wärme und Licht schmeicheln sowohl unserem Körper als auch der Seele. Zudem steigern sie die Vitalität. Ein kurzes Sonnenbad auf unserer Dachterrasse oder ein Sonnenbank-Besuch erfreut sich großer Beliebtheit bei unseren Sauna-Gästen.

Schönheitspflege

In unserem Kosmetikstudio wird das gesamte professionelle Angebot an Naturkosmetik, Gesichts-, Hand- und Fußpflege sowie Teil- und Ganzkörper-Wellness-Massagen für Damen und Herren angeboten.

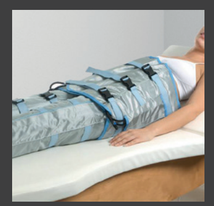
Body-Shaping Ultraschall

Die kosmetische Ultraschall-Therapie ist eine non-invasive Methode zur Behandlung von Schönheitsfehlern. Es hilft dabei Fette bis Cellulite, Bindegewebsschwächen und Schwangerschaftsstreifen gezielt zu bearbeiten.



Body-Forming Lymphdrainage

Die apparative Lymphdrainage ist eine spezielle Massageform, die dazu dient, den Abtransport von Lymphflüssigkeit aus dem Körpergewebe zu fördern. Überschüssige Flüssigkeit wird so aus dem Organismus ausgeschieden.



Firmenfitness

Das Energeticum ist Partner für Firmenfitness und betriebliches Gesundheitsmanagement in Lippstadt und Umgebung. Das bietet Unternehmen die Chance, Mitarbeitern einen attraktiven Ausgleich zur täglichen Arbeitsbelastung zu schaffen.

FIT NEWS

FITNESS | GESUNDHEIT | LIFESTYLE

Fitness verändert Ihr Leben!

ENERGETICUM® MEIN CLUB

AUSGABE 01 | JANUAR 2019

Entdecken Sie die Vielfalt der Möglichkeiten im Fitness- und Gesundheits-Club Energeticum für Ihre Ziele!

- Gesteigerte Vitalität, Gesundheit und Lebensqualität
- Mehr Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Leistungsfähigkeit
- Gesunde Fett/Gewichtsreduktion, Figurformung/Straffung
- Präventiv gegen Herzkreislauf und Bewegungs/Alterskrankheiten
- Stress abbauend und entspannend, Steigerung des Wohlbefindens

Draußen zu kalt? Komm einfach rein!

RISIKOFAKTOR ÜBERGEWICHT: DAS FETT MUSS WEG

JETZT GESUND ABNEHMEN MIT GEZIELTER FETTSTOFFWECHSEL-AKTIVIERUNG

Zwei Drittel der Männer und die Hälfte der Frauen Deutschlands sind übergewichtig. Übergewicht kann eine Vielzahl von gesundheitlichen Beeinträchtigungen hervorrufen. Ab einem erhöhten Body-Mass-Index von über 30 in Verbindung mit Fettzellen, vor allem im Bauchbereich, steigen die Risikofaktoren für Bluthochdruck, erhöhte Blutfettwerte, Arteriosklerose, Diabetes, Arthrose/Gelenkprobleme bis hin zu Atemnot und einen gestörten Fettstoffwechsel, um überhaupt abnehmen zu können, ernorm. Die gute Nachricht: „Das muss nicht so bleiben!" Fakt ist, um effektiv Körperfett abzubauen reicht etwas Bewegung z.B. in Form eines reinen Ausdauertrainings alleine nicht aus. Erst in der Kombination mit regelmäßigem Muskeltraining erzielen wir eine nachhaltige Kalorien-Verbrennung und Körperformung. Um aber den Stoffwechsel von der, im Regelfall vorrangigen, Zucker- in eine Fett-Verbrennung zu bringen, ist auch eine Optimierung/Anpassung der Ess-Gewohnheiten erforderlich, was nicht zwangsläufig auf eine Diät hinausläuft. Nutzen Sie daher unsere unverbindliche Ernährungs- und Trainingsberatung für ihre Wunschfigur und mehr Lebensqualität.

HERZLICH WILLKOMMEN
im Energeticum Lippstdt

Liebe Leser,

auch dieses neue Jahr startet bei vielen Menschen mit guten Vorsätzen. Nicht selten haben diese mit der Gesundheit, dem eigenen Körper und den ganz persönlichen Bedürfnissen zu tun. Geben Sie sich daher jetzt einen Ruck und beginnen Sie „Ihre guten Vorsätze" umzusetzen! Am Anfang steht immer der erste Schritt, drum sind Sie jetzt gefragt. Kein anderer kann das für Sie tun. Haben Sie den ersten Schritt getan, werden wir Sie dabei mit dem gesamten E-Team motivieren, regelmäßig Ihr Fitnesstraining zu betreiben. Mit unserem Mitglieder-Betreuungs-Programm unterstützen wir Sie bestmöglich bei Ihren Zielen: die Fitness u. Figur verbessern, gesund abnehmen und Körperfett reduzieren, Gelenk- Rückenbeschwerden beseitigen, Belastbarkeit und Lebensqualität steigern oder einfach nur Freizeitspaß zu haben und dabei fit, gesund und gut auszusehen. Sie bestimmen Ihre Ziele und wir machen Ihnen den Einstieg leicht. Wir begleiten Sie bei Ihrem Training und helfen Ihnen die nötigen Veränderungen zu erreichen und Erfolg zu haben.

Ihr Frank Ostwald Clubmanager

FITNESS FÜR BEST AGER
— FIT UND GESUND AB 50

Noch nie gab es mehr Menschen im Alter über 50 als heute und nie waren diese „Best Ager" fitter als heute. Es ist einfach so: Je älter die Menschen werden, umso gesünder möchten sie altern. Fit werden und bleiben ist den 50- bis 75-jährigen äußerst viel wert. Daher sollen Gesundheitsrisiken wie Übergewicht, Diabetes, Bluthochdruck, Arthose, Gelenkprobleme und Osteoporose vorgebeugt oder entgegen gewirkt werden und dies gelingt in der Regel nur mit angepasstem Sport und gesunder Ernährung. Vor allem für das Herz/Kreislauf-System, die Muskelkraft sowie Beweglichkeit und Koordination ist das richtige Fitness-Training wichtig! Eine zentrale Empfehlung von Experten ist ein möglichst individuelles Einzel-Training, das die persönlichen Bedürfnisse berücksichtigt und ein abwechslungsreiches Kursprogramm, das auf ein gesundes und aktives Leben vorbereitet, herausfordernd ist und die Fitness verbessert. Unsere vielfältigen Trainingsmöglichkeiten auf der Fitnessfläche von Einzeltraining bis Kleingruppentraining an Zirkelkonzepten und Fitnessgeräten, bis hin zum angepassten Functional-Training zB. mit TRX-Bändern und weiteren Equipment, sorgen für reichlich Abwechslung. Vorzugsweise der Kursbereich ist über die Gruppendynamik mit Kursen wie BODYPUMP, BODYBALANCE, CX-WORX oder bodyART, Rückenschule und Yoga sehr geeignet

um für die Fitness und Gesundheit das richtige für sich zu finden. Zu guter letzt lädt der großzügige Wellnessbereich mit diversen Saunen, Massage, Sonnenbank und Dachterrasse zum Entspannen und Relaxen ein und rundet den zu erwartenden Service und die Qualität der Betreuung ab.

TIPP!

WELLNESS-ANGEBOTE

Tageskarte nur 12,-€*

10er Karte nur 100,-€*

*Tages- und 10er-Karte berechtigen zur Nutzung der Saunalandschaft inkl. Erfrischungsgetränke zur Selbstbedienung und ein umfangreiches Angebot an Zeitschriften und Illustrierten. Keine zeitliche Begrenzung.

Einmalig in der heimischen Region ist unsere neu eröffnete Salzsauna. Je nach persönlicher Vorliebe stehen Ihnen zudem eine 60 Grad Bio-Sauna mit Farblichttherapie, ein 42 Grad Dampfbad, eine finnische Außensauna mit 80 Grad, sowie eine 90 Grad Aufgusssauna zur Verfügung. Schwalldusche und Fußbecken runden den Saunagang ab. Ruheraumliegen, Wasserbett oder Sonnenterrasse laden im Anschluss zum Relaxen ein.

LADIES POWER DAY AM 03.02.2019

DAS ENERGETICUM ÖFFNET EINEN TAG NUR FÜR FRAUEN

Kostenlose Eintrittskarten für Gäste gibt es im Energeticum

ENERGETICUM
MEIN CLUB

Energeticum Lippstadt
Nikolaus-Otto-Straße 8
59557 Lippstadt

Unser spezielles Programm für aktive Frauen:

Fitness spüren – Groupfitness erleben – Wellness genießen
Informationstreff zur Besichtigung für Neukunden und geführter Rundgang durch unsere Fitness- und Wellnesseinrichtung

Catering-Theke
Sektempfang, Snacks, Obstbuffet, Smoothies, Kaltgetränke, Kaffee und Kuchen

Groupfitness-Programm
Nia® Fitness. Dance. Relax. (13.00 - 14.15 Uhr) mit Annamaria Daroczi
Female Dancehall (14.30 - 15.45 Uhr) mit Anna Miller
deepWork meets bodyArt (16.00 - 17.15 Uhr) mit Birgit & Margarethe

Vortrags-Angebote
Ernährung: Die Basis für Leistungssteigerung (13.00 Uhr) Ulrike Sowa
Entgiftung: Die Retterin für Ihre Gesundheit (14.30 Uhr) Astrid Hilz
Entfaltung: Die sichtbare Schönheit (16.00 Uhr) Martina Döinghaus

Informationsstände
- **TrioMed** – Zellentgiftung und Plasmabehandlungen, Gesundheit
- **Energetix** – Magnetschmuck in Kooperation mit Joey Kelly
- **Inspiration Gabriele Jenske** – Haare, Haut, Make-Up
- **Sporthaus Arndt** – Sportbekleidung und Bademoden
- **Margarethe Borgelt** – Heilpraktikerin für Psychotherapie
- **Mary Kay** – Kosmetik & Beauty, Schminktipps und Typberatung
- **zweihundert-Mode** – Hochwertige Mode zum bezahlbaren Preis

Diagnostikpoint
Körperanalyse, Stoffwechselmessung, Beweglichkeitstest

Wellness-Area
versch. Saunen, Aufgüsse, Hydro-Jet-Massage, Solarium, Relaxing-Zone

TrioMed NATURHEILKUNDLICHE PRAXISGEMEINSCHAFT · ENERGETIX BINGEN · GABRIELE JENSKE · INTERSPORT ARNDT · Margarethe Borgelt · MARY KAY · zweihundert

www.energeticum.de

Ernährung:
Die Basis für Leistungssteigerung

Das Thema Ernährung ist heute aktueller denn je. Nie gab es so viele verschiedene Ernährungstrends und Ernährungsformen wie heute. Ich liefere Ihnen hilfreiche Lösungen, damit Sie Ihrem eigenen Ziel, zu mehr Wohlbefinden, näher kommen können.

Ulrike Sowa Heilpraktikerin

Entgiftung:
Die Retterin für Ihre Gesundheit

Tag für Tag gelangen unzählige Stoffe in unseren Körper, die unserem Stoffwechsel schaden. Unternehmen wir nichts, kommt es zu immer stärkeren Einschränkungen und damit zu gesundheitlichen Problemen. Erfahren Sie, wie Sie Ihren Körper optimal unterstützen und Gutes tun können.

Astrid Hilz Heilpraktikerin

Entfaltung:
Die sichtbare Schönheit

Haben Sie einmal die Grundlage für Ihre Schönheit durch eine gute Ernährung und Entgiftung geschaffen, können wir gemeinsam an äußerlich sichtbaren Erfolgen arbeiten. Durch das große Verfahrensspektrum unserer Praxis haben wir die Möglichkeit auf fast alle Wünsche einzugehen.

Martina Döinghaus Heilpraktikerin

AKTUELLER ENERGETICUM KURSPLAN

JEDE WOCHE ÜBER 60 KURSE IM ANGEBOT FÜR UNSERE MITGLIEDER

Montag		
Raum unten	Raum oben	Functional Trainingsfl.
09.30 Zumba	08.15 Vinyasa Yoga	10.00 Bauchkurs 15. Min
10.30 Rückenschule		10.15 TRX Yoga 30. Min
		17.15 Functional Basic 30. Min
18.00 BODY-PUMP	18.00 BBP	18.00 Bauchkurs 15. Min 18.15 GRIT CARDIO 30. Min
19.00 BODY-COMBAT	19.00 CXWORX 30. Min	19.00 Rehakurs (Verein) 45. Min
20.00 Rückenschule	20.05 Indoor-cycling RPM	19.45 Faszien 15. Min

Dienstag		
Raum unten	Raum oben	Functional Trainingsfl.
09.30 BODY-BALANCE	09.15 Rehakurs (Verein) 45. Min	
10.30 Rehakurs (Verein) 45. Min	10.30 Indoor-cycling Cardio-Mix	
17.20 CXWORX 30. Min	17.00 Rehakurs (Verein) 45. Min	18.00 Bauchkurs 15. Min
18.00 BODY-PUMP	18.00 BODY-BALANCE	18.15 Functional Basic 30. Min
19.00 Zumba	19.00 Indoor-cycling	18.50 GRIT STRENGHT 30. Min
		19.25 TRX Yoga 30. Min

Mittwoch		
Raum unten	Raum oben	Functional Trainingsfl.
09.30 bodyART STRENGHT		10.00 Bauchkurs 15. Min
10.30 Rückenschule		
		18.00 Bauchkurs 15. Min
18.00 BBP	18.00 Indoor-cycling Rockride	18.15 TRX Yoga 30. Min
19.00 BODY-BALANCE	19.00 LMI STEP	18.50 GRIT CARDIO 30. Min
20.00 BODY-COMBAT	20.00 BODY-PUMP 45. Min	19.25 Functional Basic 30. Min

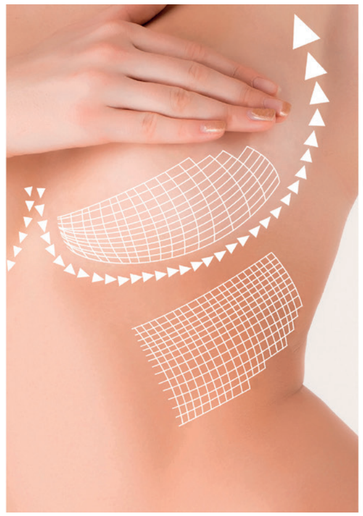
Donnerstag		
Raum unten	Raum oben	Functional Trainingsfl.
09.30 BODY-PUMP		
17.20 CXWORX 30. Min		18.00 Bauchkurs 15. Min
18.00 BODY-ATTACK	18.00 Pilates	18.15 Functional Basic 30. Min
19.00 BODY-PUMP	19.00 Rehakurs (Verein) 45. Min	19.00 Faszien 15. Min
20.00 BODYJAM	20.00 Vinyasa Yoga	

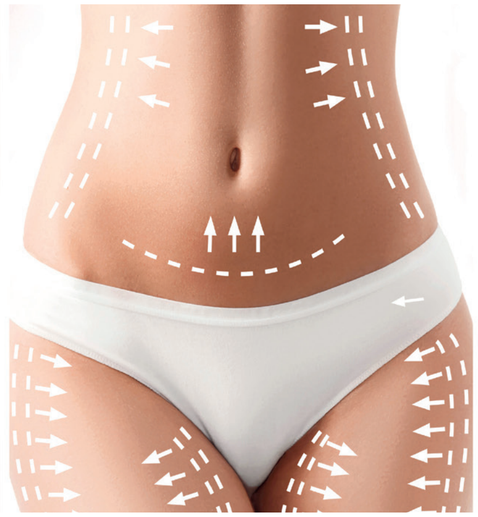
Freitag		
Raum unten	Raum oben	Functional Trainingsfl.
09.30 BBP		10.00 Bauchkurs 15. Min
17.20 CXWORX 30. Min		
18.00 BODY-PUMP	18.00 bodyART STRENGHT	18.00 Bauchkurs 15. Min
19.00 Zumba	19.00 Indoor-cycling Joyride	19.15 GRIT PLYO 30. Min

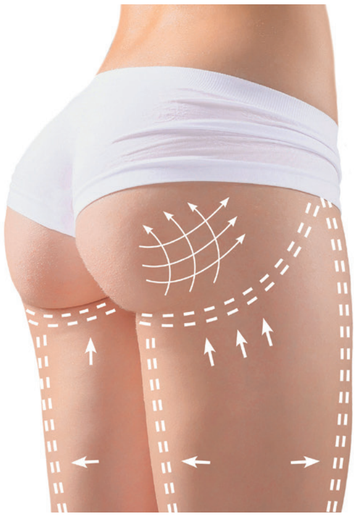
Samstag		
Raum unten	Raum oben	Functional Trainingsfl.
14.00 BODYJAM	11.15 Indoor-cycling Basic	
15.00 BODY-ATTACK		

Sonntag		
Raum unten	Raum oben	Functional Trainingsfl.
10.30 bis 12.00 Kurse: siehe Kursplan TV oder APP „Mein Club"		
	12.00 Indoor-cycling	12.00 Bauchkurs 15. Min

Kursplan Legende
- Kraft
- Ausdauer
- Gesundheit
- Functional Training
- Indoor Cycling







ABNEHM-WOCHEN IM ENERGETICUM

EFFEKTIV & NACHHALTIG ABNEHMEN MIT UNSEREM EXPERTEN-TEAM

Die Erfahrungswerte und die tägliche Praxis mit figurbewussten und abnehmwilligen Menschen haben gezeigt, dass unter der Betreuung und Motivation eines Ernährungs-Coaches, mit dem man im regelmäßigen Kontakt steht, die Erfolge zu sehen und zu fühlen sind. Wir setzen nicht auf sinnlose Diäten, sondern verändern aktiv Ihre Lebensweise durch ein regelmäßiges Muskel – und Ausdauertraining und einer entsprechend angepassten Ernährung. Nutzen Sie zur Umsetzung die Energeticum Figur-Spezialisten, unsere Diagnostik und die begleitenden Leitfäden sowie das Betreuungs-Konzept für Ihren Erfolg! Freuen Sie sich darauf fitter, schlanker und ausgeglichener zu sein.

„Sehen Sie die Ernährungsumstellung nicht als Verzicht, sondern als Zugewinn.

Deshalb ist Vorfreude angesagt: gesund und bewusst essen macht Spaß!"

Nina Buchholz
Fitness- und Ernährungs-Trainerin

JETZT INFORMIEREN: 4-ABNEHM-WOCHEN SCHON AB 69,-€

Erfolg durch kompetente Ernährungsberatung:

- **Die Stoffwechsel-Express-Kur:** Basisleitfaden zur Gewichtsreduktion
- **Die eScan-Stoffwechselmessung:** Abnehmblockaden erkennen
- **Die Säure-Basen-Kur:** bei unausgeglichenem Säure-Basen-Haushalt
- **Der MetaCheck Fitness:** Stoffwechsel-Typanalyse auf DNA-Basis
- **Nahrungsergänzungsprodukte:** die wichtigsten Supplements für Ihre Ziele

eGYM

EGYM ZIRKEL - ZEIT FÜR EIN NEUES TRAININGSZIEL!

Die Trainingsmethoden von eGym ermöglichen das gesamte Muskelpotenzial in nur einem Satz komplett auszuschöpfen. Für ein effektives Training am eGym Zirkel ist der Trainings-Umfang nicht ausschlaggebend, sondern vielmehr die Belastungs-Intensität, die Reizdauer pro Übung und die genaue Pausenzeit zwischen den Übungen.

BEWEGLICHKEIT DURCH MUSKELLÄNGENTRAINING

Durch regelmäßiges Stretching am fle.xx Geräte-Parkour wird die Muskulatur beweglicher. Der Mensch wird aufgerichtet. Atmung, Durchblutung und Energiefluss werden optimiert, Muskelverkürzungen behoben. Fehlhaltungen, die entstanden sind, werden dadurch effektiv beseitigt und Schmerzen können verschwinden.

fle.xx
Das RÜCKGRAT-Konzept!

„Die positiven Effekte unseres Rücken/Gelenk – Konzepts spüren die Mitglieder bereits nach den ersten Einheiten durch ein verbessertes Haltungs- und Körpergefühl. Vorhandene Schmerzen, Verspannungen und Einschränkungen in der Beweglichkeit lassen Schritt für Schritt nach.

Mechthild Klaus
Gesundheitsexpertin

4 WOCHEN RÜCKENTRAINING FÜR NUR 69,-€

Rückenschmerzen gehören mittlerweile in Deutschland zum Alltag und viele „Geplagte" akzeptieren sie, obwohl durch ein wenig Training eine sehr realistische Chance besteht, diese Schmerzen verschwinden zu lassen. Die Ursache der Schmerzen liegt entweder in einer schlechten Rückenmuskulatur oder viel häufiger noch in einer sehr großen Dysbalance zwischen vorderer und hinterer Muskelkette. Dies herauszufinden und Ihnen den entsprechenden Trainingsplan zur Verfügung zu stellen, ist unsere Aufgabe. Trainieren müssen Sie! Innovative Trainingsgeräte, wie der eGym oder effective-Gesundheitszirkel, erleichtern Ihnen den Einstieg. Das revolutionäre flexx Mobility-Training sorgt für die Öffnung der vorderen und hinteren Muskelketten und damit zu sehr schneller Schmerzreduktion.

Testen Sie es!
4 Wochen für nur 69,-€ oder langfristig über das Reha-Sport-Programm. Vom Arzt verordnet von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt.

Energeticum Lippstadt – Dein Club | Nikolaus-Otto-Str. 8 | 59557 Lippstadt | Tel.: 02941 13355 | www.energeticum.de