

02.05.2019 - 15:19 Uhr

## Communiqué de presse: Il est temps d'affiner sa silhouette - fitness et balance à l'aja City-Resort Zürich, 24h/24



### Il est temps d'affiner sa silhouette: Fitness et balance à l'aja City-Resort Zürich, 24h/24

Les offres de sport numériques séduisent la Suisse actuellement. Les programmes sont particulièrement pratiques pour les personnes qui sont souvent en déplacement et qui ne peuvent pas suivre un plan d'entraînement rigide. L'aja City-Resort Zürich propose la clé pour affiner sa silhouette de manière idéale: grâce à Gymondo, plus de 700 unités d'entraînement sont disponibles en ligne 24h/24. En effet, le Gym est ouvert 24h/24 7j/7 à l'aja Zürich.

Que ce soit pour travailler les muscles ou accroître la mobilité, ceux qui veulent s'entraîner personnellement tard le soir, après le travail ou pendant des déplacements, ont plusieurs options à l'aja City-Resort Zürich. Les visiteurs locaux du quartier et les hôtes dans le resort profitent dorénavant de Gymondo, une des plateformes leaders de fitness en ligne, ouverte 24h/24! Sur un écran, dans l'espace fitness, des entraîneurs renommés montrent des exercices, donnent des instructions, et motivent pour atteindre ses limites. Que ce soit pour le yoga, la zumba ou les programmes de musculation, plus de 700 vidéos permettent de varier les sports. Pour que l'entraînement mène au succès optimal, Gymondo propose plus de 60 programmes de plusieurs semaines. Un bon pour le premier mois gratuit est offert aux hôtes à l'aja City-Resort Zürich lorsqu'ils concluent un abonnement (à partir de 8,50 Francs par mois pendant douze mois). Ils peuvent ainsi continuer à profiter de l'offre chez eux, après leur départ, sur leurs terminaux mobiles. En plus de l'offre en ligne, l'espace fitness de l'aja City-Resort Zürich est ouvert 24h/24. Outre les appareils de cardio-training, il y a un circuit de musculation. Et ceux qui préfèrent des conseils personnalisés peuvent faire appel à un entraîneur personnel.

### Après le sport, la détente au Rooftop-SPA ou dans la Maison NIVEA

Dans l'espace bien-être, vous trouverez un bio-sauna, un hammam, une fontaine à glace, des douches expériences et un bar du sauna. Ceux qui veulent transpirer à 90°C en ayant une vue panoramique sur les toits de la ville traversée par la Limmat, l'Ûetliberg et les Alpes glaronaises, choisiront le sauna finlandais sur la terrasse extérieure, y compris des projections d'eau régulières. Les hôtes peuvent se détendre dans les espaces tranquilles et confortables. Sur la terrasse, sur le toit, ils trouveront des lits de jardin et des balancelles Hollywood modernes en rotin. La Maison NIVEA invite également: c'est la toute première en Suisse, conçue par Matteo Thun. Les hôtes y jouissent de la diversité des produits NIVEA et peuvent y acheter des éditions spéciales. Aussi bien les hôtes de l'hôtel que les visiteurs externes apprécieront des applications variées pour le corps et la beauté, par exemple "Blue Sensation" (massage avec soins esthétiques) ou "Free Your Mind" (massage de la tête et de la nuque).

### Cuisine saine et légère à l'aja Zürich

Le restaurant DELI au rez-de-chaussée est synonyme d'une cuisine saine, légère et variée. Il accueille les hôtes de l'hôtel et

externes. Outre un petit-déjeuner copieux, il propose également un City-Lunch et un souper à la carte accompagné d'un buffet de salades, d'entrées et de desserts.

### Découverte de Zurich: le paquet complet, y compris la Züri Card

Ceux qui achètent l'offre "Explore Zurich", ont droit à deux nuits et au buffet copieux du petit déjeuner. L'offre inclut également la jouissance du vaste espace bien-être avec l'espace fitness et la salle de cours avec l'offre Gymondo, ainsi que la Zürich Card. Elle permet aux hôtes de profiter pendant 24 heures, entre autre, de réductions ou de la gratuité d'entrées dans des musées ou de trajets avec les transports publics en tram, en bus, en train, en bateau et en funiculaire. Les personnes intéressées peuvent se procurer l'offre "Zürich erleben" à partir de 194 CHF par personne en chambre double sur le site [www.ajahotel.ch](http://www.ajahotel.ch).

#### Follow us on:

Facebook: [www.facebook.com/ajaresorts](http://www.facebook.com/ajaresorts)

Instagram: [www.instagram.com/ajahotels](http://www.instagram.com/ajahotels)

#### aja Resort Zürich GmbH

La société aja Resort Zürich GmbH est une filiale de l'entreprise Deutsche Seereederei GmbH (DSR). Avec ses établissements de type "resort" aménagés dans des destinations de villégiature attirantes et réputées au bord de la mer, en montagne et en ville, la marque aja répond à une demande croissante en séjours bien-être à des prix abordables dans les pays germanophones. Tous les aja Resorts proposent des chambres attrayantes, des restaurants, des bars, de vastes centres de bien-être et une Maison NIVEA avec de multiples soins du corps et de beauté. Le premier aja Resort a ouvert ses portes en 2013 à Warnemünde, suivi par des établissements à Grömitz, Bad Saarow et Travemünde. Depuis novembre 2018, aja accueille des hôtes en Suisse également. L'aja City-Resort Zürich est idéal aussi bien pour les voyageurs d'affaires, qui veulent se reposer après les rendez-vous et les conférences, que pour les touristes qui souhaitent passer leurs vacances et se détendre en ville. En mai 2019, aja inaugurerait son premier établissement en Haute Bavière, à Ruhpolding. D'autres sites sont prévus, par exemple à Garmisch-Partenkirchen. Pour plus d'informations, consultez le site [www.ajahotel.ch](http://www.ajahotel.ch).

#### Gymondo GmbH

Gymondo est l'un des portails leaders en ligne pour des programmes de fitness et nutritionnels. Sur [Gymondo.ch](http://Gymondo.ch), les amateurs de sport peuvent composer leur entraînement individuellement et consulter sur leur ordinateur portable, via appli ou Smart TV, plus de 700 vidéos de fitness en qualité HD. L'appli peut être aussi utilisée en mode offline. Des entraîneurs professionnels introduisent aux exercices. Pour que l'entraînement soit vraiment un succès, Gymondo propose des programmes sur plusieurs semaines, qui associent le fitness et l'alimentation saine. Pour plus d'informations, consultez le site [www.gymondo.ch](http://www.gymondo.ch).

#### Contact presse:

Service de presse a-ja City-Resort Zürich  
c/o Panta Rhei PR  
Dr. Reto Wilhelm  
Téléphone: 044 365 20 20  
E-Mail: [info@pantarhei.ch](mailto:info@pantarhei.ch)

#### Medieninhalte



Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100018582/100827577> abgerufen werden.