

© Sandra Meinzenbach

Qualitative Texte zu Dumpingpreisen? Ein Testbericht

Gelieferter Text über das Langhantelprogramm LES MILLS BODYPUMP: Korrektur von Rechtschreibung und Ausdruck; Anmerkungen zu Ausdruck, Zielgruppenansprache und ungeklärten inhaltlichen Aspekten. Von Sandra Meinzenbach.

LES MILLS BODYPUMP

Training wird mit LES MILLS besonders effektiv; BODYPUMP ist das Original-Langhantelprogramm für viel Kraft und perfektes Bodystyling. BODYPUMP von LES MILLS gehört zu den weltweit schnellsten Methoden für mehr Fitness, Straffung und Formung deines Körpers.

Kommentar [H1]: Hier wurde einfach mein Arbeitstitel eingesetzt.

Kommentar [S2]: Besser im Aktiv statt im Passiv formulieren!

Die Erfolgsgarantie

Pro Trainingseinheit werden sämtliche Hauptmuskelgruppen mit den effektivsten Kräftigungsübungen gefordert. Dazu gehören nicht nur Curls oder Lifts, sondern auch Squats und Presses. Dabei stellt der REP EFFECT® die Erfolgsgarantie dar – sein Fokus liegt auf hohen Wiederholungszahlen bei vergleichsweise geringer Gewichtsbelastung. Neben der Funktion als Dein cleveres Ausdauertraining steigert LES MILLS BODYPUMP das verfügbare Kraftpotenzial deutlich. Ziel ist die Formung Deiner athletischstenwichtigsten Körpermuskulatur. Zu angesagten Music-TracksMusiktracks wirst Du durch hervorragend geschulte Instrukto~~ren~~unsere lizenzierten Trainer motiviert. Ergebnis sind die ungeahnt schnellen Wunschergebnisse: Top-Fitness und ein Top-Body mit LES MILLS BODYPUMP.

Kommentar [S3]: Besser im Aktiv statt im Passiv formulieren!

Kommentar [S4]: Der Hinweis auf den REP EFFECT® belastet den Leser mit technischem Vokabular: Besser auf „hohe Wiederholungszahlen bei geringer Gewichtsbelastung“ hinweisen und den REP EFFECT® (wenn überhaupt) in Klammern erwähnen.

Kommentar [S5]: Dieser Satz liest sich nicht gut. Besser: „LES MILLS BODY-PUMP steigert deine Ausdauer und dein Kraftpotenzial deutlich ...“

Kommentar [S6]: Dieser gewollte Anglizismus ist selbst für den angeforderten lockeren Tonfall zu viel des Guten.

Kommentar [S7]: Besser im Aktiv statt im Passiv formulieren!

Kommentar [S8]: Was ist mit diesem Satz gemeint?

Dein perfektes Work-out

Nach den ersten Aufwärmübungen wird ein erstes Training mit leichten Gewichten absolviert. Anschließend beginnt der Aufbau des REP EFFECTS®: Konzentration bis hin zur Visualisierung baute die mentale Verknüpfung zur Zielmuskulatur wie Schultern, Bauch, Arme, Rücken, Beine und Brust auf. 70 bis 100 Wiederholungen pro Körperpartie mit der Langhantel unter leichter Gewichtsbelastung formen sowohl ästhetische wieals auch schlanke und athletische Muskeln. Dabei bleibt Dein Puls sicher im Leistungsbereich und kurze Pausen sorgen wieder für neuen Atem.

Nicht zu unterschätzen ist der positive Einfluss der Gruppe: Ihre Dynamik sorgt für die beste Motivation während des Trainings und die stetige Steigerung dDeines Fitnesslevels.

Die LES-MILLS-BODYPUMP-Trainingseinheit endet mit einem herrlich entspannenden Cool-down.

Alle Kurse werden turnusmäßig aktualisiert: Auch LES MILLS BODYPUMP kommt immer wieder aktuell mit perfekt abgestimmtem Original-Langhantelprogramm, mit neuen Anleitungen, Choreografien und aktueller Musik.

Kommentar [S9]: Anmerkungen zur Gruppenfitness können direkt auf das im Briefing erwähnte fiktive Fitnessstudio bezogen werden („in unseren Kursen“, „mit unseren Trainern“).

Kommentar [S10]: Was bedeutet „turnusmäßige“ Aktualisierung?

Kommentar [S11]: Dieser Satz ist unvollständig!