



- Coole Bonuspunkte
- Start der Tennissaison
- Sonderverkauf Luzern
- Actilife - Trinke genügend Wasser



Liebe Sportfreunde

Jetzt heisst es in die Gänge kommen, denn der Frühling mit seinen angenehmen Temperaturen und längeren Tagen hat endlich bei uns Einzug gehalten. Also raus in die Natur zum Joggen, für Nordic Walking, Biken oder auch zum Tennis- oder Fussballspielen. Und wer fleissig Sport-Treffen eingibt oder daran teilnimmt, wird neben Spass, Fitness und Gesundheit noch mit einer Premium-Mitgliedschaft belohnt. Was ihr dafür tun müsst, steht in diesem Newsletter.

Sportliche Grüsse
Benno vom Meet2Move-Team



Bei Meet2Move Bonuspunkte sammeln

Unser Bonuspunkte System gibt dir die Möglichkeit, aktiv Punkte zu sammeln und diese gegen **Premium-Monate** einzulösen. Du kannst entweder ganz neu Premium-Mitglied werden oder deine bestehende Premium-Mitgliedschaft entsprechend verlängern. Und was sind deine Vorteile? Als **Premium-Mitglied** kannst du zum Beispiel unserem Coach individuelle Fragen rund um das Thema Sport stellen, du siehst, wer sich zu Treffen angemeldet hat, du kannst Nachrichten an andere Mitglieder senden oder Sport-Einladungen auch per SMS empfangen.

Und so kannst du Bonuspunkte sammeln:

Treffen organisieren oder teilnehmen = **5 Bonuspunkte**

Deine Freunde auch für Meet2Move gewinnen = **10 Bonuspunkte**

Viel Spass bei der [Eingabe des nächsten Sport-Treffens](#)



Matchball auf den Tennisanlagen

Die Outdoor-Tennissaison ist gestartet. Bis Mitte Oktober laden zahlreiche Anlagen in der ganzen Schweiz mit Sandplätzen zu Spiel, Satz und Sieg ein. Auch ohne Clubmitgliedschaft können Tennisbegeisterte ganz einfach Einzelstunden oder in vielen Städten oder Gemeinden einen eigenen Fixplatz buchen. Was dann oft fehlt ist der passende "Gegner". Meet2Move hilft dir dabei, andere Tennisspieler in deiner Region zu finden. Auch spontan, wenn dein Partner die Teilnahme an einem Match kurzfristig absagt. Wann hast du das letzte Mal den Tennis-Schläger in Händen gehalten? Jetzt ein [Tennis-Sport-Treffen eingeben](#).



Sonderverkauf in Luzern

Outdoor-Equipment zu attraktiven Preisen findest du bei **Sherpa Outdoor in Luzern**. Die Filiale bietet allen Meet2Move Mitgliedern, sowie deren Freunden und Bekannten einen Meet2Move-Verkaufsabend. Am **28. April von 17:00 bis 20:00** Uhr offeriert Sherpa Outdoor Luzern einen **Spezial-Rabatt von 20%** auf das gesamte Bekleidungs-Sortiment. [Hier geht's zum Flyer](#).



Vielleicht trinkst du jetzt endlich genügend Wasser.

Was Du schon tausendmal gehört hast: Man sollte viel trinken. 2 Liter mindestens.

Was Du vielleicht nicht gewusst hast: Die tägliche Wasserausscheidung liegt etwa bei 2,5 Liter. Der Körper braucht Wasser auch, um die Nährstoffe aus den Lebensmitteln zu lösen. Zusammen mit Mineralstoffen sorgt das Wasser für den nötigen inneren Druck der Zellen. Unser Blut besteht zu rund 90 Prozent aus Wasser. Das Hirn ungefähr auch. 20 % Wasserverlust sind lebensbedrohlich. Wasser transportiert den Sauerstoff von der Lunge zum Blutstrom und vom Blutstrom in die Körperzellen. Wir brauchen Wasser also sogar, um zu atmen.

Darum zum tausend und ersten Mal: Trinke Sie 2 Liter Wasser am Tag. Am besten sogar eins mit wertvollen Inhaltsstoffen: Actilife Beauty für den Stoffwechsel, Actilife Idea fürs Nervensystem und Actilife Antioxidants für die Zellfunktionen.

Was man sich fürs persönliche Wohlbefinden sonst noch alles anhören sollte, gibt's unter www.actilife.ch

Patronat:



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO

Partner:



meet2move.ch

[Jetzt aktuelle Treffen ansehen!](#)

Impressum
Moving Spirit AG
Kilchbergstrasse 19

Hast du noch Fragen?
Bitte wende dich an uns
(Mo-Fr: 09:00 - 17:00 Uhr)

CH-8038 Zürich
Initiatoren: Benno Stäheli / Martin Kaspar
Handelsregister CH-249.4.000.001-3
MWST-Nummer 248844
<http://www.meet2move.ch>

E-Mail info@meet2move.ch
[Unsere AGB](#)