

Actic lanserar Aqua Float – en ny spännande träningsupplevelse på vatten

Utifrån sin expertis inom gruppträning och badprodukter, introducerar nu Actic konceptet Aqua Float, en innovativ träningsform som förenar rörlighet, balans, styrka och kondition på en flytmadrass i vattnet. Den nya träningsupplevelsen erbjuder både utmaning och glädje och riktar sig till alla som vill utveckla sin träning på ett roligt och effektivt sätt

En träningsform du aldrig upplevt tidigare – nu tar Actic träningen till en ny nivå!

Med en allt större efterfrågan på både vattengympa och högintensiv träning har Actic utvecklat Aqua Float – ett koncept som ger en unik kombination av balans, styrka och rörlighetsträning. Genom att utföra övningarna på en flytmadrass aktiveras hela kroppen för att bibehålla balans, vilket stärker både coremuskulaturen och kroppshållningen.

Aqua Float kommer initialt att erbjudas i 2 olika klassupplägg: *Aqua Float Dynamic Flex* – En klass som fokuserar på dynamisk och statisk rörlighet för hela kroppen samt utmanar balansen och *Aqua Float Strength & Cardio* – En klass som fokuserar på helkroppsträning där man jobbar med styrka, kondition och balans genom kroppens naturliga rörelsemönster.

"Aqua Float är både roligare och jobbigare än man kan tro – det här måste alla testa!"

Jessica Tito Martins, ansvarig för gruppträning på Actic och en av utvecklarna bakom Aqua Float, ser stora möjligheter med den nya träningsformen:

– Det har varit otroligt kul att utveckla Aqua Float. Det är en träningsform fylld av energi, skratt och en rejäl dos utmaning. Vattnets naturliga instabilitet gör att kroppen hela tiden får jobba, och det ger en riktigt effektiv träning på kort tid.

Träning för alla – bortom traditionell vattengymnastik

Aqua Float öppnar upp en helt ny värld av träning i vatten och lockar en bredare målgrupp än traditionell vattengympa. Träningen är skonsam men utmanande, effektiv men samtidigt rolig – perfekt för både träningsentusiaster och de som vill hitta en ny väg till rörelseglädje.

– Actic har en unik position där vi kan erbjuda både land- och vattenträning. Vi vill att så många som möjligt, oavsett ålder och träningsnivå, ska få chansen att testa framtidens vattenträning och upptäcka hur roligt och effektivt det är, säger Niklas Johansson, VD på Actic.

Testa själv – lansering våren 2025

Aqua Float kommer att finnas på utvalda Actic-anläggningar med simhallar från våren 2025. Först ut är Växjö, Halmstad, Lund och Västerås.

För ytterligare information, vänligen kontakta:

Viktor Johansson, Chef Affärs- och produktutveckling, Viktor.johansson@actic.se

Gisela Jacobsson, Marknadschef, gisela.jacobsson@actic.se

Niklas Johansson CEO, niklas.johansson@actic.se

Om Actic och vår marknad

ACTIC´s fokus ligger på att skapa ett friskare samhälle genom att inspirera och engagera alla människor till en bättre hälsa och ökat välmående.

Som en av marknadens ledande aktör inom träning och hälsa erbjuder Actic ett brett utbud av tillgänglig och inspirerande träning i en inkluderande miljö! Hos Actic tränar du i trygga lokaler med generösa öppettider och dessutom finns tillgång till både gruppträning, gym, bad och utomhusträning.

Actic – träning för livet

Bifogade bilder

[ActicHD39](#)

[ActicHD29](#)

[ActicHD30](#)

[ActicHD40](#)

[ActicHD27](#)

Bifogade filer

[Actic lanserar Aqua Float – en ny spännande träningsupplevelse på vatten](#)