

Training als Basis für Wohlbefinden und Gesundheit!

Effektiv **Gesundheit** ist kein Fitness-Studio!

Unser Ziel ist es, Schmerzen zu reduzieren und Lebensqualität zu steigern! Wir bieten Ihnen deshalb ein intelligentes, einfaches und effektives Ganzkörpertraining.

Unsere Trainingsgeräte simulieren das Widerstandsverhalten von Wasser. Wie sich das anfühlt, erleben Sie, wenn Sie ihre flache Hand durch das Wasser bewegen.

Zu einem gesunden Training gehört neben Kraft und Ausdauer auch die gezielte Verbesserung der Beweglichkeit.

Unser **Dehnungszirkel** komplettiert Ihr **Gesundheitstraining**.

Einfache Bedienung und Zugänglichkeit der Dehnungsgeräte geben Ihrem Dehnungsprogramm einen auffordernden Charakter.

Effektiv **Gesundheit!** Lebensqualität durch Mobilität und Selbstständigkeit.

Vorteile auf einem Blick! Lebensfreude mit unserem Zirkeltraining:

- bietet ein optimales, abwechslungsreiches Kraft- und Ausdauertraining.
- stärkt das Herz-Kreislauf- und Immunsystem.
- trainiert zwei antagonistische Muskelgruppen jeweils an einem Gerät.
- erzielt maximale Trainingseffekte bei minimalem Zeitaufwand.
- besteht aus einfachen, natürlichen Bewegungsabläufen.
- vermittelt ein einzigartiges Trainingsgefühl und ist daher besonders gelenkschonend und somit für Menschen, die von Arthrose geplagt sind und für Menschen mit Gelenkersatz besonders geeignet.
- ist effektiv, dynamisch, zeitsparend und macht Spaß!

Gesundheit's Beitrag!

Ihre Gesundheit zu verbessern oder zu erhalten ist unser Beitrag für Sie. Aus diesem Grund freuen wir uns auch über unsere faire Beitragsgestaltung. Wir knebeln Sie nicht mit langen Mitgliedslaufzeiten und locken nicht mit Niedrig-Preisen.

Unser Beitragskonzept:

Effektiv-Reha +: **99,00 €**
Lückenlose Nachbehandlung! Unterstützen Sie Ihr verletztes Bindegewebe innerhalb Ihrer Wundheilung.

8er-Karte Gesundheits-Zirkel: **140,00 €**
Zusätzlicher Beitrag (einmalig):

Gesundheitsanalyse: **45,00 €**
Gesundheitskarte: **15,00 €**

Effektiv Personal-Fitness: **79,00 €**
Individuell, gesund. Unsere fachkompetente Betreuung führt Sie durch Ihr Gesundheits-Training.

Sie wollen mehr?

Dann entscheiden Sie sich für eine Mitgliedschaft! Unter fachkompetenter Betreuung.



6-Monatsmitgliedschaft: **49,80 € p. M.**
Zusätzlicher Beitrag (einmalig):

Gesundheitsanalyse: **45,00 €**
Gesundheitskarte: **15,00 €**



Alle unsere Gesundheitsgeräte besitzen die MPG (Medizin Produkt Gesetz) Zulassung!