

Individuell – eine für Sie ausgelegte Trainingslösung

IHRE VORTEILE

- **Ausgewogenes Training:** Mit einem für Sie ausgelegten Trainingsprogramm können Sie sich rundherum fit halten.
- **Trainingskontrolle:** Sie führen alle Übungen immer korrekt durch.
- **Schnell und Einfach:** die gute Bedienbarkeit erleichtert Ihnen das Training – auch als Einsteiger.
- **Visuelle Darstellung:** Der Monitor begleitet Sie optimal durch das Training.
- **Erfolgreich und motivierend:** Mit der Chipkarte und der Auswertungssoftware ist Ihr Trainingsverlauf jederzeit sichtbar – Fitnesspunkte motivieren zu Ihrem Erfolg.

Halten Sie Ihren Körper durch regelmäßiges gezieltes Training dauerhaft fit. Warum erst handeln, wenn sich Beschwerden zeigen? Wir entwickeln mit Ihnen gemeinsam ein auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittenes Trainingsprogramm. Wir unterstützen Sie mit Rat und Tat und freuen uns, wenn Sie gesund bleiben.



REHA aktiv
Zentrum für
Gesundheitssport

Thomas Gonsior
Bahnhofstr. 50, 34311 Naumburg
Tel. 05625-921767
Fax. 05625-921769

info@reha-aktiv-gonsior.de
www.reha-aktiv-gonsior.de



Technische und inhaltliche Änderungen sowie Druckfehler vorbehalten. Stand September 2018.

Individuelles Fitnessstraining

Ihr persönliches Programm für
Freude am Trainieren



REHA aktiv
Zentrum für
Gesundheitssport

Intelligent – Individuelles Training für Sie nach Maß

Erleben Sie intelligentes Training auf Grundlage Ihrer persönlichen und individuellen Bedürfnisse. Unser Trainingszirkel mit computer-gestützten Trainingsgeräten ermöglicht Ihnen ein auf Sie abgestimmtes Fitnessprogramm mit Rundumbe-treuung. Das ist modernes Training mit System.



Wir berücksichtigen Ihre gesundheitliche Situation und erstellen auf dieser Grundlage Ihren persönlichen Trainingsplan. Sie erhalten dann eine umfang-reiche Einweisung durch unsere erfahrenden Mitarbeiter.

Ihre **individuellen Trainingsdaten** sowie Geräte-einstellungen werden auf Ihrer Trainingskarte gespeichert und anhand Ihrer Trainingserfolge weiter angepasst. So ist stets das für Sie optimale Trainingsprogramm abrufbar, mit spürbarem Fortschritt und dauer-hafter Motivation.



Persönliche Betreuung – arbeiten Sie an Ihrer Beweglichkeit



Unsere Mitarbeiter verfügen über das nötige Fachwissen und die Erfahrung, ein für Sie individuell angepasstes Training zu erstellen, um Ihren persönlichen Zielen gerecht zu werden.

Wir sind für Sie da:

Wir stehen Ihnen nicht nur Anfangs bei der Formulierung Ihrer persönlichen Ziele zur Verfügung, sondern betreuen sie auch während des Trainings umfassend – zu allen Fragen rund um Trainingsverlauf und -planung.



www.ergo-fit.de



Mit unserem Systempartner **ERGO-FIT** setzen wir auf dessen über 40-jährige Erfahrung im Bereich Gesundheitstraining und **Qualität made in Germany**. Software und Geräte aus einer Hand – für hervorragende Benutzerfreundlichkeit und Freude am Trainieren.

MADE IN GERMANY

ERGO-FIT – DER SPEZIALIST FÜR
MEDIZINISCHES FITNESSTRAINING