

FITVIBEXEL PRO



do the vibe...

[www.fitnesspark.ch](http://www.fitnesspark.ch)

**FITNESS**  **PARK**  
HEUWAAGE BASEL  
**MIGROS**

## Fitvibe Vibrationstraining

Das Fitvibe Vibrationstraining ist hervorragend als ergänzendes Krafttraining, Beweglichkeitstraining und zur Massage geeignet.

Infolge kontinuierlicher mechanischer Belastungen (Vibrationen) bei einer Frequenz von 20–40 Herz mit einem speziell abgestimmten Übungsprogramm werden die verschiedenen Körpergewebe, wie Muskeln, Knochen, Gelenke, Haut, Nerven und Blutgefässe trainiert und positiv stimuliert.

### Bitte beachten Sie:

Das selbständige Training erfordert vorgängig eine Einführung und gesundheitliche Abklärung mit einem Instruktor.

Die aufgeführten Fitvibe Trainingsmöglichkeiten können als Bon am Empfang erworben und an der Trainertheke eingelöst werden.

▶ Eigene Chipkarte, einmalig CHF 8.–

### Betreutes Training

Einführung, obligatorisch für selbständiges Training

▶ 1 Einführung 45 Minuten CHF 40.–

Personal Training, mit Personal Trainer

▶ 1 Personal Training 45 Minuten CHF 54.–

### Selbständiges Training

▶ Fitvibe 1 Minute mind. 10 Minuten CHF 1.–

▶ Fitvibe 100 Minuten 1:40 Stunden CHF 95.–

▶ Fitvibe 200 Minuten 3:20 Stunden CHF 180.–

▶ Fitvibe 300 Minuten 5 Stunden CHF 250.–

▶ Fitvibe Jahreskarte unbegrenzte Nutzung CHF 400.–

Beim selbständigen Training muss das Fitvibe jeweils für die gesamte Dauer des Trainings reserviert werden (5 bis max. 40 Minuten).

### Fitnesspark Heuwaage Basel

Steinentorberg 8

4051 Basel

Tel. 058 575 81 50

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 6.30 – 22.00

Saunalandschaft 8.00 – 22.00

Samstag/Sonntag 9.00 – 19.00

**FITNESS**  **PARK**

**H E U W A A G E B A S E L**

**MIGROS**