



HERZSCHLAG

Kompetent in Gesundheit und Fitness

Öffnungszeiten

Mo – Fr 9 – 22 Uhr
Sa, So 10 – 19 Uhr
Feiertags 10 – 14 Uhr

Friedrich-List-Straße 40 | 33100 Paderborn
Telefon 05251-1420911 | www.herzschlag-paderborn.de

Unsere Tarife

Herzschlag - Mitgliedschaft

Die Herzschlag-Mitgliedschaft beinhaltet:
eine Eingangsdiagnostik, eine individuelle Trainingsplanerstellung,
die Trainingsbetreuung auf der gesamten Fitnessgerätefläche,
die Teilnahmeberechtigung an allen Gesundheits- und Fitnesskursen
sowie die Benutzung der Sauna und Duschen.

Aufnahmegebühr	einmalig	50,- €
3 Monate	Mitgliedschaft für	58,- €/mtl.*
6 Monate	Mitgliedschaft für	53,- €/mtl.*
12 Monate	Mitgliedschaft für	48,- €/mtl.*
24 Monate	Mitgliedschaft für	43,- €/mtl.*

* inklusive BIA kostenlos

Herzschlag - Karte

Die Herzschlag-Karten beinhalten **keine** Leistungen im Sinne einer Herzschlag-Mitgliedschaft (siehe oben).

Sie berechtigen zur Teilnahme an Gesundheits- und Fitnesskursen (60 Min.-Kurse falls nicht besonders gekennzeichnet).

10er-Kurskarte	nur Kurstraining	60,- €
20er-Kurskarte	nur Kurstraining	105,- €

Ermäßigungen

- Familien bzw. Ehe- oder Lebenspartner mit einem gemeinsamen Haushalt erhalten ab 2 Personen 10% Rabatt.
Voraussetzung ist die Zahlung von einem gemeinsamen Konto.
- Schüler/Studenten/Azubis/Arbeitslose erhalten 10% Rabatt.
- Ermäßigungen sind **nicht gültig für Herzschlag-Karten**.
- Es ist nur eine maximale Ermäßigung von insgesamt 10% möglich.



HERZSCHLAG

Kompetent in Gesundheit und Fitness

Öffnungszeiten

Mo – Fr 9 – 22 Uhr
Sa, So 10 – 19 Uhr
Feiertags 10 – 14 Uhr

Friedrich-List-Straße 40 | 33100 Paderborn
Telefon 05251-1420911 | www.herzschlag-paderborn.de

BIA

Die BIA (Bioelektrische-Impedanz-Analyse) ermittelt u. a. das Körpergewicht, den kalorischen Grundumsatz pro Tag, den Körperfettanteil, den Körperwasseranteil und die Muskelmasse. Anhand dieser Parameter kann eine Aussage über das allgemeine Gesundheitsrisiko abgeleitet werden.

für Nicht-Mitglieder

1X 10,- €

Galileo® - Vibrationstraining

Das Galileo ist eine Vibrationsplatte mit einer seitenalternierenden Auf- und Abbewegung und bietet dadurch ein ganzheitliches, funktionales Tiefenmuskeltraining. Somit wird die Wirbelsäule durch eine leichte seitliche Kippung des Beckens in einer physiologischen Seitwärtsbewegung positiv beeinflusst.

für Herzschlag-Mitglieder

22,- €/mtl.

10er-Karte

für Nicht-Mitglieder

110,- €



Galileo®
Training