

# Preise

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

## Komplett - Mitgliedschaft

Die Komplett-Mitgliedschaft beinhaltet eine Eingangsdiagnostik, eine BIA, eine individuelle Trainingsplanerstellung, die Nutzung der gesamten Fitnessgerätefläche inkl. Trainingsbetreuung, die Teilnahmeberechtigung an allen Gesundheits- und Fitnesskursen sowie die Benutzung der Sauna und Duschen.

<b>Aufnahmegebühr</b>	einmalig	<b>50,- €</b>
<b>6 Monate</b>	Mitgliedschaft für	<b>53,- €/mtl.*</b>
<b>12 Monate</b>	Mitgliedschaft für	<b>48,- €/mtl.*</b>
<b>24 Monate</b>	Mitgliedschaft für	<b>43,- €/mtl.*</b>

\* inklusive BIA kostenlos

## Kurs - Mitgliedschaft

Die Kurs-Mitgliedschaft beinhaltet die Teilnahmeberechtigung an allen Gesundheits- und Fitnesskursen sowie die Benutzung der Duschen.

<b>6 Monate</b>	Mitgliedschaft für	<b>43,- €/mtl.</b>
<b>12 Monate</b>	Mitgliedschaft für	<b>38,- €/mtl.</b>
<b>24 Monate</b>	Mitgliedschaft für	<b>33,- €/mtl.</b>

60 Min.-Kurse falls nicht besonders gekennzeichnet

## 10er - Karte 80,- €

Die Zehnerkarte ist ab Ausstellungsdatum für 3 Monate gültig und berechtigt zur Teilnahme an allen Gesundheits- und Fitnesskursen sowie die Benutzung der Duschen.

## Tageskarte komplett 12,- €

Die Tageskarte beinhaltet die Nutzung der gesamten Fitnessgerätefläche, die Teilnahmeberechtigung an allen Gesundheits- und Fitnesskursen sowie die Benutzung der Sauna und Duschen.



# HERZSCHLAG

Kompetent in Gesundheit und Fitness

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

## BIA

10,- €

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 den allgemeinen Gesundheitszustand abgeleitet werden.

## 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

10,- €/mtl.

10er-Karte

für Nicht-Mitglieder

80,- €



Galileo®  
Training