



# Neues für Herzarbeit

## »Pro Vital'is« bietet Cardio-Trainingspark

Seit 10 Jahren führt Martin Gojny das Gesundheitsstudio »Pro Vital'is« im Untergeschoss der Kurparkresidenz in Döse. Nun hat er seinen Gerätepark erneuert. Insgesamt sieben neue Geräte laden zur Arbeit am Herzen ein. Zwei dieser Geräte sind innovativ.

»Wir können ein Training anbieten, was andere nicht haben«, sagt Martin Gojny und deutet auf die neuen Fitnessgeräte, die noch mit schwarzer Folie verhüllt sind. Sie sind speziell für das Herz-Kreislauf-Training geeignet. Diese neuen Geräte werden am Sonnabend zwischen 11 und 14 Uhr den Kunden und Interessierten vorgestellt. Besonders sind zwei neuartige Trainingsgeräte: ein

»Wave« genanntes Gerät und ein Oberkörper-Ergometer. »Der Wave bietet einen Bewegungsablauf wie beim Inlinern oder Schlittschuhlaufen«, erklärt Gojny. »Statt wie beim Fahrradfahren nur hoch und runter gibt es hier auch eine seitliche Bewegung.« Das sei besonders effektiv für die koordinative Muskelarbeit.

Beim Oberkörper-Ergometer kurbelt man mit den Armen. Dadurch können auch Rollstuhlfahrer dieses Gerät nutzen. »Mit den neuen Geräten finden alle, die für ihren Körper und ihr Herz arbeiten wollen optimale Trainingsbedingungen«, sagt Gojny.

**Infos: [www.herzarbeit-cuxhaven.de](http://www.herzarbeit-cuxhaven.de)**



**Kurparkresidenz-Döse  
Kurparkallee 53  
27476 Cuxhaven**