

An alle Haushalte mit Tagespost.

Herz-in-Takt

Starkes Herz – stabiler Kreislauf

Herz-Kreislauf-Erkrankung
- häufigste Todesursache in Deutschland
Gezieltes Herz-Kreislauf-Training
- stärkt den Herzmuskel und den Kreislauf

Beratungs-Hotline: 04721-440750

Jetzt 3x GRATIS
testen!



Ausdrücken. Vorbeikommen. Loslegen.

Herz-in-Takt

**Jetzt 3x GRATIS
testen!**

Bitte melden Sie sich zu Ihrem
ersten Termin telefonisch
an und bringen Sie
diese Karte mit.

Herz-in-Takt

Wir laden Sie ein zu
3x Herz-in-Takt-Training
im ProVitalis Gesundheitsstudio

Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon



3 Termine kostenlos

Kurparkallee 53
27476 Cuxhaven
Tel. 04721-440750
Fax 04721-440755
www.pro-vitalis-cuxhaven.de

Polar-Own-Zone-Test

Herz-Kreislauf-Kurs

Cardio-Hopping mit Betreuung

Ihre Herz-in-Takt-Karte

Starkes Herz – stabiler Kreislauf Motor des Lebens

Wenn wir an unser „Herz“ denken, verbinden wir diesen Gedanken oft mit Emotionen wie Liebe, Herzklopfen oder Freude. Leider kommt manchmal auch die Angst vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen hinzu – übrigens die häufigste Todesursache in Deutschland.

Die Wissenschaft ist sich hier einig: bei rechtzeitigem, maßvollem Training muss das nicht sein.

Medizinisch betrachtet ist das Herz ein Muskel, der genau wie alle anderen Muskeln auch, stärker wird, wenn wir ihn trainieren. Untrennbar damit verbunden ist unser Kreislauf, der dafür sorgt, dass die Herzleistung in jedem Winkel des Körpers ankommt. Und auch der Kreislauf ist „sportlich“ trainierbar.

Mit einem speziellen „Herz-Kreislauf-Training“ zur Erhöhung der Ausdauer stärken Sie beide Systeme – Herz und Kreislauf! Der Motor läuft runder und die Leistungsfähigkeit steigt.

Wir laden Sie ein. Mit unserem speziellen Ausdauerkonzept erhält Ihr Herz-Kreislauf-System die Aufmerksamkeit, die es verdient. Nach einer eingehenden Analyse ermitteln wir Ihr individuelles Trainingsprogramm, damit Ihr „Herz in Takt“ bleibt.

Exklusiv für Sie: Jetzt 3x GRATIS testen!

Überzeugen Sie sich in aller Ruhe selbst – wir laden Sie ein! Erleben Sie unsere hochwertigen Angebote und unseren erstklassigen Service live, kostenlos und unverbindlich.

Wie das geht? Ganz einfach:

Wir nehmen uns gern die Zeit, um all Ihre Fragen zu beantworten. Bitte vereinbaren Sie mit uns Ihren persönlichen Kennenlerntermin. Wir zeigen Ihnen, wie Sie innerhalb der folgenden drei Besuche Ihren Kreislauf trainieren und Ihr Herz kräftigen können.

Anschließend werden auch Sie sagen:

„Einfach ein schönes Gefühl, den Körper mal wieder zu spüren!“

Leistungen:

- Termin 1: Polar-Own-Zone-Test
- Termin 2: Teilnahme an einem Herz-Kreislauf-Kurs (Spinning, Nordic Walking, Aerobic)
- Termin 3: Cardio-Hopping mit Trainer (Kennenlernen von 2 verschiedenen Cardio-Geräten und Einweisung in 3 Kraftgeräte)



Kurparkallee 53 · 27476 Cuxhaven · Tel. 04721-440750 · www.pro-vitalis-cuxhaven.de