

Angebot:

Über zwanzig modernste Trainingsgeräte für ein gezieltes Ausdauer-, Rücken- und Bauch- sowie Arm- und Beintraining stehen zur Verfügung.
Einführung und Begleitung durch Fachleute; alle drei Monate auf Wunsch erneute Instruktion.

Professionelle Betreuung:

Beratung und Begleitung durch diplomierte Physiotherapeutinnen und -therapeuten.
Erstellen eines individuellen Trainingsplans mit Verlaufskontrollen.

Ziele:

Prävention, Rehabilitation, körperliches Wohlbefinden und damit Steigerung der Lebensqualität.

Kontaktadresse:

Fitalix
Felix Platter-Spital
Burgfelderstrasse 101
Postfach
4012 Basel
Telefon 061 326 40 40



Fitalix

... mit kompetenter Betreuung für Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Koordination und Wohlbefinden

Fitalix

Im Trainingscenter Fitalix wird Gesundheitsförderung in freundlicher Atmosphäre gross geschrieben.

Der Trainingsraum steht allen Interessierten offen. Es besteht die Möglichkeit einer unverbindlichen Besichtigung und Beratung (Vor Anmeldung notwendig).





Trainingscenter

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
08.30–13.30 Uhr und
16.30–19.45 Uhr
Samstag
09.30–12.30 Uhr

Für Besichtigung und individuelle Beratungen ist eine Voranmeldung notwendig.

Preise

Abonnement für	3 Monate	Fr. 250.–
Abonnement für	6 Monate	Fr. 390.–
Abonnement für	12 Monate	Fr. 650.–

Im Preis inbegriffen:

- Einführung und erste Beratung (Zielvereinbarung, Instruktion individuelles Trainingsprogramm und -protokoll)
- Zweite Beratung (Kontrolle und Vervollständigung des Trainingsprogrammes)
- Auf Wunsch erneute Beratung alle drei Monate
- Das Trainingscenter wird während der Öffnungszeiten von diplomierten Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten betreut.

felixplatters*spital*