



## ANFAHRT UND KONTAKT

### Mit dem Auto

Anreise über die A7, Abfahrt Bad Bramstedt. Folgen Sie gleich hinter dem Ortseingang der Beschilderung. Ausreichende Parkmöglichkeiten sind vorhanden.

### Mit Bus und Bahn

Das KLINIKUM BAD BRAMSTEDT hat einen eigenen Bahnhof: Haltestelle „Bad Bramstedt Kurhaus“. Zu erreichen ist er mit der Regionalbahn (AKN) über Neumünster oder Eidelstedt. Busse fahren täglich aus Hamburg, Berlin, Kiel, Neumünster, Lübeck und vielen anderen Städten direkt nach Bad Bramstedt.

### FitnessClinic Bad Bramstedt

Oskar-Alexander-Straße 26  
24576 Bad Bramstedt  
Telefon 04192 / 90 - 40 40  
Fax 04192 / 90 - 23 84  
E-Mail [fitnessclinic@klinikumbb.de](mailto:fitnessclinic@klinikumbb.de)  
Internet [www.klinikumbadbramstedt.de](http://www.klinikumbadbramstedt.de)

## ÖFFNUNGSZEITEN

Montag - Freitag	08:00 - 22:00 Uhr
Samstag	10:00 - 21:00 Uhr
Sonntag	12:00 - 19:00 Uhr



Klinikum Bad Bramstedt

## MITGLIEDSCHAFT

Das Eintrittsdatum ist jeweils zum 1. und 15. eines Monats möglich. Es wird eine Aufnahmegebühr von 29,90 Euro erhoben, die den Therapeuten - Check beinhaltet. Außerdem bieten wir Ihnen ein attraktives Bonussystem, mit dem Sie Ihren Monatsbeitrag bis zu 12,00 Euro reduzieren.

### ■ Monatliche Mitgliedschaft

49,90 Euro monatlich,  
Vertragsdauer mind. 6 Monate

### ■ Jahresmitgliedschaft

39,90 Euro monatlich,  
Vertragsdauer mind. 12 Monate

■ Arztcheck	29,90 Euro
■ Tageskarte - Fitness	12,00 Euro
■ 10er Karte Fitness	110,00 Euro
■ Pilates Personaltraining	49,90 Euro



## MEDIZINISCHE FITNESS FÜR JUNG UND ALT

im *KLINIKUM BAD BRAMSTEDT*



## NICHT NUR FÜR PATIENTEN

**W**enn Sie etwas für Ihre Gesundheit und Fitness tun wollen, finden Sie in der FitnessClinic die idealen Bedingungen. Sie profitieren von unserem medizinischen Wissen und den Erfahrungen unserer qualifizierten Mitarbeiter. Nach dem Motto:

### „Gesund trainieren - gesund bleiben“

steht Ihnen ein umfangreiches Programm zur Verfügung, das auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten wird.

Die FitnessClinic ist eine Einrichtung des KLINIKUMS BAD BRAMSTEDT. Viele Patienten nehmen die Möglichkeit wahr, nach dem erfolgreichen Abschluss ihrer Behandlung, das Training unter fachlicher Anleitung in der FitnessClinic fortzusetzen.

Die FitnessClinic steht aber nicht nur unseren Patienten zur Verfügung. Wie bei einem herkömmlichen Fitness-Studio kann unser Sport- und Wellnessangebot von jedermann, auch ohne ärztliche Überweisung, genutzt werden.



## KONZEPT

- Medizinische Trainingstherapie
- Breitgefächertes Kursangebot
- Privates Training
- Massagen
- Moorbewegungsbad

Wir bieten Ihnen eine differenzierte Gesundheits- und Fitnessdiagnose, den sogenannten Fitness-Check. Dieser besteht aus mehreren Teilen: einem frei buchbaren Arzt-Check inklusive einer Anamnese und dem Therapeuten-Check, der in der Aufnahmegebühr enthalten ist. Dieser umfasst einen Konditions- sowie Kraft- und Beweglichkeitstest. In einem Abschlussgespräch mit dem Physio- oder Sporttherapeuten erstellen wir Ihnen ein individuell auf Sie zugeschnittenes Trainingsprogramm.



Trainieren Sie in freundlicher Atmosphäre an unseren modernen Fitnessgeräten. Außerdem haben Sie bei uns die Möglichkeit, in dem angrenzenden Wellnessbereich Massagen oder Moorbewegungsbäder zu buchen.

Die Teilnahme an den verschiedenen Fitnessgruppen und Kursen ist, ergänzend zum Gerätetraining, häufig sehr sinnvoll. Zudem wirkt das gemeinsame Training in der Gruppe motivierend und fördert ein positives Zusammengehörigkeitsgefühl unserer Mitglieder.