

# QFiSa stellt sich vor: Unser Partner-Studio SportArt

**Patrick Heisel und sein Team bieten ihren Mitgliedern ein gesundheitsorientiertes Training und ein umfangreiches Reha-Sport-Programm.**

Seit SportArt im Mai 1998 eröffnet hat, legen wir besonderen Wert auf ein gesundheitsorientiertes und zielgerichtetes Training“, sagt Patrick Heisel. Er ist diplomierte Sportwissenschaftler und Inhaber des Studios, kann auf über 30 Jahre Trainingserfahrung zurückgreifen.

Der mehrfache Weltmeister im Figurbodbuilding und sein Team sind Spezialisten bei Rücken-, Knie-, Hüft- oder Schulterproblemen. Hier trainieren alle Altersgruppen und Leistungslevel in einer angenehmen, fast familiären Atmosphäre. „Besonders stolz sind wir auf unsere langjährigen Mitglieder, die uns teilweise schon von Anfang an begleiten.“

## Die eigene Produktlinie „einfach ideal“

Als Ernährungsspezialist und „IdealCoach“ hat Patrick Heisel seine eigene Produktlinie „einfach ideal“ entwickelt. Besonderen Wert wurde dabei auf einen angenehmen Geschmack und eine optimale Zusammensetzung gelegt. „Leider sind in vielen Produkten billige Rohstoffe und sogar ein hoher Zuckergehalt nicht selten.“ Der Diät-Drink nach strengen Vorgaben der Diätverordnung als Mahlzeitenersatz und der Protein-Shake als Nahrungsergänzung, (nicht nur für Bodybuilder) werden in einigen Apotheken, bei SportArt oder online unter [www.idealcoach.de](http://www.idealcoach.de) angeboten.

Der Gerätepark zeichnet sich durch besonders vielfältige und vor allem funktionale Geräte aus, so dass einem abwechslungsreichen und sicheren Training nichts im Wege steht. Einsteiger erzielen schnell die ersten Erfolge mit Spaß beim Training. Fortgeschrittene können im großzügigen Freihantelbereich ihr Training optimal ergänzen. Kurzhanteln stehen zum Beispiel bis 50 Kilogramm zur Verfügung. Im Ausdauerbereich finden sich neben Laufbändern, Fahrrad-Ergometern und Cross-Trainern auch ein paar Besonderheiten. Sehr Gelenkschonend ist zum Beispiel der Ergo-Mix, der auch ein Training bei Rücken-, Knie oder Hüftbeschwerden zulässt. Wer den Oberkörper stärker in sein Cardio-Training mit einbeziehen möchte, wird sich über Ruder-, Paddel- und einen speziellen Oberkörperergometer freuen.



dem Leben anpassen, nicht umgekehrt. „Unter der Woche haben wir durchgehend von 9 bis 22 Uhr, dienstags und freitags sogar bereits ab 7.30 Uhr für Sie geöffnet. Auch am Wochenende und an den meisten Feiertagen freuen wir uns auf Ihren Besuch. Neben den normalen Tarifen mit einer Laufzeit ab sechs Monaten, bieten wir zahlreiche vergünstigte Tarife für Partner, Gruppen, Schüler, Studenten und Auszubildende an. Spezialtarife wie unser Vormittagstarif und ein reiner Gymnastik-Vertrag bietet für jeden das Richtige. „Nach einer genauen Anamnese, einer optionalen Kraft- und Ausdauermessung und einem persönlichen Gespräch über die Vorstellungen, planen wir gemeinsam für Sie ein Trainingsprogramm und finden den optimalen Tarif für Ihre Trainingsziele.“

Abwechslungsreiche Kurse und motivierende Trainer bietet das Gymnastikprogramm. Neue Trends wie ZUMBA, Faszien- und Funktional-Training, aber auch Klassiker wie Step, Aerobic und Yoga - Sie haben die Wahl. Ein Blick in das ausführliche Kursprogramm lohnt sich. In Zusammenarbeit mit den Krankenkassen finden zahlreiche Rehasport-Programme statt, die selbstverständlich auch allen Mitgliedern offen stehen, die Schmerzen reduzieren und die Beweglichkeit verbessern möchten.

## Jubiläum in Sicht! SportArt feiert 20. Geburtstag

Nächstes Jahr wird SportArt 20 Jahre alt und die Vorbereitungen für zahlreiche Aktionen und Überraschungen laufen bereits! Patrick Heisel blickt optimistisch in die Zukunft: „Wir freuen uns, Sie auch in den nächsten Jahren mit unserer Erfahrung und unserem Wissen, optimal und gut zu betreuen.“ PR



# STUDIOCHECK



## SportArt in Völklingen

### AUSSTATTUNG:

Vielfältige Trainingsmöglichkeiten in hellen Räumlichkeiten mit Tageslicht. Funktionale Geräte für ein abwechslungsreiches Kraft- und Ausdauertraining, großzügiger Kurzhantelbereich bis 50 Kilogramm, spezielle Geräte für Koordinations- und Gleichgewichtstraining und zahlreiche Handgeräte für den Kursbereich ermöglichen ein Training für Einsteiger und Fortgeschrittene in allen Altersklassen. Kostenlose Parkplätze direkt vor der Anlage.

### KURSE:

Heller Gymnastikraum mit vielfältigen Handgeräten für ein abwechslungsreiches Workout. Viele Rehakurse, Wirbelsäulengymnastik, ZUMBA, Yoga, Faszientraining, klassisches Step und Aerobic, Bodyforming und intensives Funktional-Zirkeltraining.

### TRAINER:

Gut ausgebildete Trainer, regelmäßige Fortbildungen und jahrelange Erfahrung im Fitness- und Gesundheitssport. Individuell zugeschnittene Trainingspläne für ein effektives, zielgerichtetes Training. Zertifizierte Trainer auch im Gruppenfitnessbereich. Betreuung und Kontrolle beim Workout durch unsere Trainer.

### EXTRAS:

Regelmäßige Trainingsplan-Updates mit persönlichem Trainertermin. Professionelle Anamnese mit Kraft- und Ausdauermessung. Easy-Torque-Messung, um muskuläre Schwächen oder Dysbalancen zu erkennen. Clue-Medical-Herzstressmessung, persönliche Ernährungsberatung, einladender Saunabereich. Dienstags und freitags Frühtraining ab 7.30 Uhr.

### PREISE:

Training ab 39 Euro/Monat  
 Laufzeiten ab 6 Monaten  
 Partner-, Gruppen-, Schüler-, Vormittagstarife  
 Gymnastiktarif ab 29 Euro  
 10er-Karten

### ADRESSE:

SportArt  
 Fitness & Gesundheit  
 Stadionstraße 65  
 66333 Völklingen  
 Tel.: (0 68 98) 29 50 60  
 E-Mail: [sportart-voelklingen@t-online.de](mailto:sportart-voelklingen@t-online.de)  
 Internet: [www.sportart-voelklingen.de](http://www.sportart-voelklingen.de)



## Günstigere Tarife für Partner und Gruppen

Jeder Mensch ist einzigartig und möchte das Training sei-