

## Ihr Schweiß ist zu wertvoll um ihn umsonst zu vergessen!

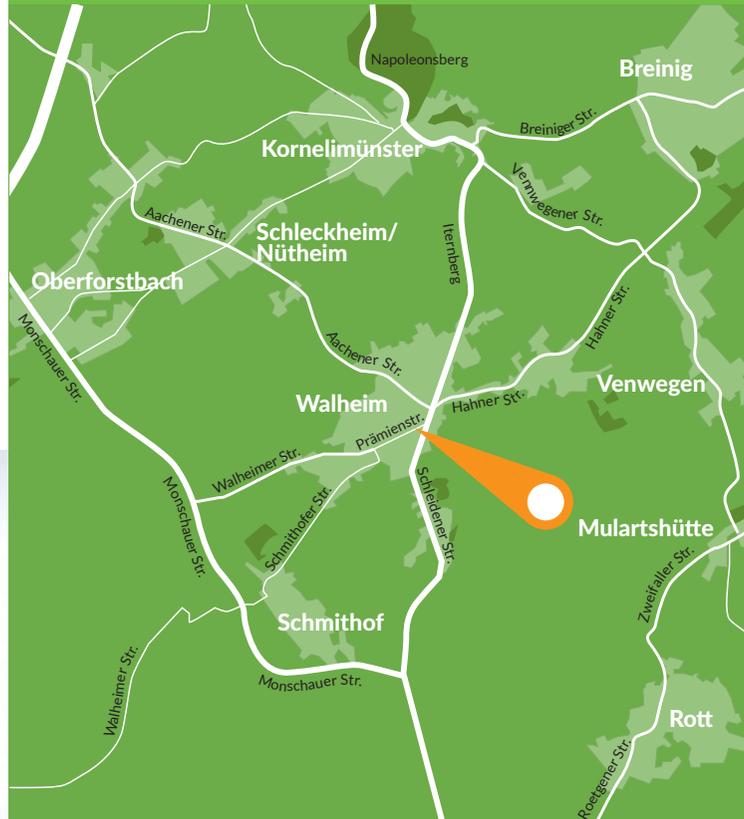
Entdecken Sie jetzt ein Trainingssystem, das schon nach wenigen Workouts spürbare Ergebnisse bringt. An unseren milon Geräten trainieren Sie bis zu 30 Prozent effektiver als an herkömmlichen Maschinen. Grund für den höheren Wirkungsgrad ist der zusätzlich einstellbare exzentrische Widerstand. Er sorgt dafür, dass Ihre Muskeln in jeder Phase des Trainings optimal belastet werden – der schnellste und einfachste Weg zur Fitness – für jede Altersgruppe

**Fragen Sie jetzt unser Studiopersonal nach einem kostenlosen Probetraining!**



**Fit und gesund  
bis ins hohe Alter**

## Wir freuen uns auf Ihren Besuch im Gesundheitszentrum Walheim!



### Gesundheitszentrum Walheim

Therapie & Training  
Prämienstr. 14-16, 52076 Aachen/Walheim

Kurse & Vorträge  
Prämienstr. 42, 52076 Aachen/Walheim

Tel.: 02408 - 81 79 9, [info@gesundheitszentrum-walheim.de](mailto:info@gesundheitszentrum-walheim.de)  
[www.gesundheitszentrum-walheim.de](http://www.gesundheitszentrum-walheim.de)

Gratik: www.cosmolog.de, Fotos: milon



## milon Zirkel-Training



**Rundum fit in 35 Minuten**

## Wirkung der milon-Technologie

- 1 Maximaler Erfolg in kürzerer Zeit
- 2 Effektives Training aller wichtigen Muskelgruppen
- 3 Verbesserung Ihrer Haltung
- 4 Verringerung Ihrer Gelenkbelastung
- 5 Stoffwechselerhöhung
- 6 Verhinderung von Muskelabbau
- 7 Vorbeugung vor Verspannungen und Osteoporose (starkes Skelett, Bindegewebe und Muskulatur)
- 8 Effektives Herz-Kreislauf-Training

einfach  
sicher  
effektiv

### 2 Zirkeltypen für ein zielorientiertes Training

- ▶ Kraft-Ausdauer Zirkel
- ▶ Kraft Zirkel



## milon Geräte passen sich Ihnen an und nicht umgekehrt!

Bei Ihrer Gesundheit ist jeder Kompromiss ein Kompromiss zu viel. Deshalb bekommen Sie im Gesundheitszentrum Walheim nur das Beste. Die Technologie der milon Geräte ist weltweit einzigartig. Sie besteht aus drei Komponenten, die das Fitness-Training revolutioniert haben:

### Chip-Karte

Alle milon Geräte werden mit einer Chip-Karte bedient. Auf der Karte sind Ihre individuellen Trainingsdaten und Geräteeinstellungen gespeichert. Der Trainingsverlauf wird ebenfalls aufgezeichnet, so dass Ihr Trainer jederzeit über Ihre Fitness informiert ist.

### Memory-Funktion

Sobald Sie ihre Chip-Karte in das Display eingeführen, stellt sich das milon Gerät von selbst ein. Sie müssen nichts weiter unternehmen und können sofort mit dem Training beginnen. Jegliches Gesundheitsrisiko durch Bedienungsfehler ist damit von vornherein ausgeschlossen.

### Elektronik statt Gewichte

Mal ehrlich: Macht es Ihnen Spaß, Gewichtsplatten durchs Studio zu tragen und zu montieren? Bei milon Geräten brauchen sie dieses altmodische Verfahren nicht mehr. Denn der Trainingswiderstand wird mit Hilfe von Elektromotoren erzeugt und kann individuell in 1-Kilogramm-Schritten eingestellt werden.



## Die Highlights im milon Trainingszirkel



Einfache Bedienung mit Chip-Karte



Elektronischer Widerstand statt Metallgewichte



Geräte stellen sich selber ein (Memory-Funktion)



Multifunktions-Display mit Herzfrequenzanzeige



zeitlich strukturierter Gerätewechsel ohne Wartezeiten



Jederzeit Online abrufbares Trainingsprofil

„Die milon-Technologie ist am Puls der Zeit. Das Training ist einfach, sicher, und sehr effektiv. Wir empfehlen milon auch als Ergänzung zum Rehasport.“

Ronald de Wildt  
(Inhaber Gesundheitszentrum Walheim, Dipl. Physiotherapeut NL)