

# Öffnungszeiten Kontakt

Öffnungszeiten:	Betreute Zeiten:	
Montag	8.00 - 20.00 Uhr	8.30 - 12.00 und 15.00 - 20.00 Uhr
Dienstag	8.00 - 20.00 Uhr	8.30 - 12.00 und 15.00 - 20.00 Uhr
Mittwoch	8.00 - 20.00 Uhr	8.30 - 12.00 und 15.00 - 20.00 Uhr
Donnerstag	8.00 - 20.00 Uhr	8.30 - 12.00 und 15.00 - 20.00 Uhr
Freitag	8.00 - 20.00 Uhr	8.30 - 12.00 und 15.00 - 20.00 Uhr
Samstag	9.00 - 13.00 Uhr	Betreuung durchgehend

## Kontakt:

Adresse MTT LIFE  
Gesundheitszentrum Allschwil AG  
Baslerstrasse 126, 4123 Allschwil  
061 485 93 88  
telefonisch erreichbar während der betreuten Zeiten

Tramstation Gartenstrasse, Tram 

Parkplätze vor der Praxis

Rollstühle Das ganze Haus ist rollstuhlgängig, inkl. Parkplatz!

Aktiviert



Kraft



Beweglichkeit



Cardio



Entspannung



# Medizinische Trainingstherapie und Fitness in Allschwil

## Zielgruppe:

Die MTT LIFE richtet sich an Menschen, die Ihre Gesundheit und Vitalität durch gezieltes Ausdauer- und Muskeltraining verbessern und erhalten wollen. Seit längerem zeigen sportwissenschaftliche Studien, dass durch regelmässiges Ausdauer- und Krafttraining das biologische Alter bis zu 10 Jahre und mehr reduziert werden kann. Wir unterstützen Sie dabei!

## Durch Profis zum Ziel:

Unsere fachkompetenten Sportwissenschaftler/-innen bieten Ihnen eine kundennahe und engmaschige Betreuung.

Bei Trainingsbeginn erhalten Sie einen Gesundheits-Check bei einem unserer qualifizierten Physiotherapeuten. Darauf aufbauend werden Sie, ihren Bedürfnissen entsprechend, ins Training an unseren individuell anpassbaren, medizinischen Therapie- und Trainingsgeräten eingeführt.



Vitalität durch gezieltes  
Ausdauer- und Muskeltraining.

# Abos und Preise

Abo Typus:	Abo-Preise:	
1 Jahr	CHF 790.-	*
1/2 Jahr	CHF 550.-	*
3 Monate	CHF 300.-	*
1 Jahres- Partner-Abo	CHF 790.- / CHF 575.-	*
1/2- Jahres-Parter-Abo	CHF 550.- / CHF 400.-	*
Personaltraining und Trainingsanpassung	CHF 120.- à 60 Min.	
Chipkartendepot	CHF 30.-	
Schüler und Studenten 20% Rabatt		

\* inkl. 2 Trainingseinführungen und Gesundheits-Check

## Unsere Räumlichkeiten

Unsere lichtdurchflutete Trainingsfläche ist klimatisiert und bietet Ihnen eine angenehme Trainingsatmosphäre unter fachkundiger Betreuung.



Gesundheits-Check beim  
qualifizierten Physiotherapeuten.