



LE HCO AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ



A travers une offre conjointe basée sur le sport santé, le HCO, Health Center Orchimont, combine l'anticipation des problèmes de santé et leur prise en charge. Aller chez HCO est indéniablement se vouloir du bien et redonner à son corps ses capacités naturelles.

UN ESPACE DE SPORT, DE DÉTENTE ET DE SOINS

Créée en 1998 dans le but de promouvoir la santé, le centre Health Center Orchimont – HCO, installé sur plus 1400m² à Howald, propose à ses patients une offre complète pour le bien-être.

L'entreprise regroupe à la fois un centre médico-thérapeutique et un centre de musculation Kieser Training, spécialiste du renforcement musculaire à caractère préventif et thérapeutique.

Basé sur une approche pluridisciplinaire, cet espace offre sur un même lieu une gamme de soins et de services pour améliorer votre santé et votre bien-être.

KIESER TRAINING - LA SOLUTION AUX MÉFAITS D'UNE VIE SÉDENTAIRE

Souvent assis, nous ne prêtons pas suffisamment attention à notre corps. Sans s'en rendre compte, les muscles perdent de la force. Le Centre Kieser Training est la solution adéquate pour faire du sport de façon efficace en un minimum de temps. Spécialisée dans le renforcement musculaire, la marque Kieser Training est la référence dans ce domaine. Véritable passerelle entre la prévention et la thérapie, Kieser Training offre un programme régulier qui s'adresse à tous, quelque soit l'âge, la morphologie ou la condition physique.

UNE ÉQUIPE DE PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ À VOTRE SERVICE

L'équipe composée de thérapeutes d'horizons divers et d'entraîneurs hautement qualifiés vous accueille dans un cadre chaleureux et convivial. De nombreuses spécialités sont ainsi à votre disposition: kinésithérapie, diététique, podologie, thérapie, TCM énergétique chinoise, sophrologie, ostéopathie, RGP-Rééducation posturale globale,... Pour compléter l'offre, des cours collectifs et/ou individuels sont proposés afin de répondre à chacun de vos besoins et de vos envies.



FLEXIBILITÉ ET EFFICACITÉ

Avec des horaires d'ouverture allant de 7h à 21h, le HCO permet de s'organiser au mieux et de trouver du temps pour se maintenir en forme. En cours collectifs ou de façon autonome, vous bénéficiez de la qualité des appareils du centre et d'une offre de prestations étendue.

CONFORT ET CALME SONT AU RENDEZ-VOUS

Chez Keiser Training, l'efficacité et le gain de temps ne se font pas au détriment des autres qualités que vous attendez d'une salle de sports. Avec un matériel adapté à chacun et une réelle prise en charge, les



entraîneurs vont mettre en place un véritable programme et un encadrement suivi. Dans un cadre lumineux et une ambiance apaisante, HCO saura vous réconcilier avec votre corps et le muscler de façon simple, rapide et efficace.

UN APPRENTISSAGE DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE

Des ateliers pour les enfants ont été instaurés depuis janvier, dans le souci de faire prendre conscience que la prévention de la santé commence dès le plus jeune âge un atelier éveil et motricité, pour les plus petits de 24 à 60 mois.

Parents et enfants partagent ainsi un moment de complicité, tout en veillant à leur bien-être.

LE BIEN-ÊTRE DES SALARIÉS AU SEIN DE VOTRE ENTREPRISE

Le Centre de santé propose également la possibilité aux entreprises d'implanter au sein de leur structure une salle de sport, des cours... Faisant également la promotion de la santé en entreprise, le Centre est à la pointe pour les questions de confort, d'ergonomie et de bien-être au travail. De plus, l'éducation en matière de santé physique permet de motiver les employés à adopter un style de vie plus sain.

Bénéficiez d'une première séance offerte afin de découvrir le HCO et le Centre Kieser Training et faites sans engagement un bilan de santé musculaire.

Pour plus de renseignements, contactez le:

Health Center Orchimont - HCO

36-38 Rangwee
L-2412 Luxembourg
Tél.: (+352) 31 31 83
Email : info@hco.lu

www.hco.lu

Kieser Training

38 Rangwee
L-2412 Luxembourg
Tél : (+352) 31 37 38

www.kieser-training.lu



KIESER TRAINING
MUSCLEZ VOTRE SANTÉ