

Fitness	
Tageseintritt	20.00
Abonnemente	
12 Monate	800.00
6 Monate	500.00
3 Monate	300.00
Kombi-ABO (Fitness + Kurs)	
12 Monate	1000.00
6 Monate	650.00
3 Monate	350.00
Kombi-ABO (Fitness + Therapiekurs)	
12 Monate	1200.00
6 Monate	800.00
3 Monate	450.00
Fitness Kurse / pro Lektion 16.50	
Pilates, Rückentraining, TRX, Outdoortraining - Fitness	
Personal Training	
60 min	130.00
60 min 5er Karte	600.00
60 min 10er Karte (10+1 Gratis)	1300.00

Fitness Vergünstigungen*	
Anschluss ABO	
12 Monate	750.00
6 Monate	475.00
Paar ABO Pro Person	
12 Monate	750.00
6 Monate	475.00
Senioren ABO (ab dem 65igsten Lebensjahr)	
12 Monate	750.00
6 Monate	475.00
3 Monate	280.00
Schüler / Studenten ABO	
auf alle ABOs eine Reduktion von	50.00

Physiotherapie	
Physiotherapie ohne Verordnung	65.00
50er Begleitabo Fitness	50.00
zur Physiotherapie (1 Monat)	
Taping (Kinesio- oder Leukotape)	30.00
15 min inkl. Material	

Therapie Kurse (VO = ärztl. Verordnung 9x)	
Beckenboden (pro Lektion)	VO / 25.00
Outdoortraining - Therapie (pro Lektion)	VO / 25.00
Wassertherapie (9x)	VO

Massage / Entstauung	
30 Minuten	60.00
60 Minuten	120.00
Bindegewebsmassage	
Schröpfen / Moxen	
Bowen	
Schwingkissentherapie	
Klassische Massage	
Fussreflexzonenmassage	
Manuelle Lymphdrainage	

Tanita Messung	
1mal Messen (inkl. auswertung)	25.00

Öffnungszeiten	
Fitness	
Montag – Donnerstag	7:30-19:30 Uhr
Freitag	7:30-17:00 Uhr
Samstag	7:30-14:00 Uhr
Samstag Juli / August	7:30-12:00 Uhr
Sekretariat	
Montag - Freitag	7:30-17:00 Uhr

Gutscheine	
Gutscheine nach Wahl sind beim Sekretariat erhältlich.	

Änderungen bleiben vorbehalten; Jan. 2023

*Vergünstigungen sind nicht kumulierbar

Fitness Kurse Indoor

- Pilates (über Zoom möglich)
- TRX Suspension Training
- Rückentraining

Fitness Kurse Outdoor

- Outdoortraining - Fitness
- Outdoor Fitness mit Kind

Therapie Kurse

- Rückbildung
- Wassertherapie
- GLA:D Arthrose

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00 - 09:50 Pilates	9:00 - 09:50 GLA:D Arthrose	9:00 - 09:50 Pilates	9:00 - 09:50 GLA:D Arthrose	9:00 - 09:50 Pilates
11:30-12:00 Wassertherapie				
	12:00 - 12:50 Pilates			
			17:00-17:30 Wassertherapie	
17:30-17:55 TRX				
18:00 - 19:00 Outdoor - Fitness	17:30 - 18:20 Pilates			
	18:30 - 19:30 Rückbildung	18:30 - 19:30 Rückentraining	18:45 - 19:35 Pilates (Fortgeschrittene)	
19:30 - 20:30 Rückbildung				