

Fitness		Fitness Vergünstigungen*		Tanita Messung	
Tageseintritt	20.00	Anschluss ABO		Messung inkl. Auswertung	25.00
Abonnemente		12 Monate	750.00		
12 Monate	800.00	6 Monate	475.00		
6 Monate	500.00	Paar ABO	pro Person	Physiotherapie Privat	
3 Monate	300.00	12 Monate	750.00	30 Minuten	65.00
			500.00	60 Minuten	130.00
Kombi-ABO (Fitness + Kurs)		Senioren ABO (ab dem 65igsten Lebensjahr)		50er Begleitabo Fitness	50.00
12 Monate	1000.00	12 Monate	750.00	zur Physiotherapie (1 Monat)	
6 Monate	650.00	6 Monate	475.00	Taping (Kinesio- nder Leukotape)	
3 Monate	350	3 Monate	280.00	15 min inkl. Material	
Kombi-ABO (Fitness + Therapiekurs)		Schüler / Studenten ABO			
12 Monate	1200.00	auf alle ABOs eine Reduktion von	50.00	Massage / Entstauung	
6 Monate	800.00			30 Minuten	60.00
3 Monate	450.00			60 Minuten	120.00
Fitness Kurse / pro Lektion	16.50	Therapie Kurse **		Massage	
Pilates, TRX, Rückentraining		Beckenboden (pro Lektion)	25.00	(Klassisch, Med., Sport)	
Outdoortraining - Fitness		Rückentraining (pro Lektion)	25.00	Bindgewebssmassage	
		Wassertherapie (pro Lektion)	25.00	Lymphdrainage	
Personal Training		GLA:D Arthrose Programm		Fussreflexzonenmassage	
60 min	130.00	mit Therapeut (Instruktion, Tests)	65.00	Bowen Therapie	
60 min 5er Karte	600.00	in der Gruppe (pro Lektion)	25.00	Schröpfen	
60 min 10er Karte (10+1 Gratis)	1300.00	Fortgeschr. Gruppe (pro Lektion)	16.50	Dorn Breuss	
				Hot Stone	

*Vergünstigungen sind nicht kumulierbar

**alle Therapiekurse können ärztlich verordnet werden

Gutscheine

Gutscheine nach Wahl sind beim Sekretariat erhältlich.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
9:00 - 09:50 Pilates Level 2/3	9:00 - 09:50 GLA:D Arthrose	9:00 - 09:50 Pilates Level 2/3	9:00 - 09:50 GLA:D Arthrose	9:00 - 09:50 Pilates Level 2/3	9:00 - 09:50 HIIT Pilates*
10:00 - 10:50 Pilates Level 1		10:00- 11:00 Rückentraining			
11:30 - 12:00 Wassertherapie					
	12:00 - 12:50 Pilates Level 2/3		12:00 -12:50 HIIT Pilates*		
			17:00 - 17:30 Wassertherapie		
17:45- 18:45 Outdoor - Fitness	17:30 - 18:20 Pilates Level 2/3				
19:00 - 19:25 TRX	18:30 - 19:30 Rückbildung		18:45 - 19:35 Pilates Level 2/3		

*HIIT Pilates startet ab November 2023

Stand; Oktober 2023 Änderungen vorbehalten