

**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

**Kombi-ABO (Fitness + Therapiekurs)**

12 Monate 1200.00  
6 Monate 800.00  
3 Monate 450.00

**Fitness Kurse / pro Lektion** 16.50

Pilates, 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**

12 Monate pro Person 750.00  
500.00

**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

**Therapie Kurse \*\***

**Beckenboden** (pro Lektion) 25.00

**Rückentraining** (pro Lektion) 25.00

**Wassertherapie** (pro Lektion) 25.00

**GLA:D Arthrose Programm**

mit Therapeut (Instruktion, Tests) 65.00

in der Gruppe (pro Lektion) 25.00

Fortgeschr. Gruppe (pro Lektion) 16.50

**Tanita Messung**

Messung inkl. Auswertung 25.00

**Physiotherapie Privat**

**30 Minuten** 65.00

**60 Minuten** 130.00

**50er Begleitabo Fitness** 50.00

zur Physiotherapie (1 Monat)

**Taping (Kinesio- nder Leukotape)**

15 min inkl. Material

**Massage / Entstauung**

**30 Minuten** 60.00

**60 Minuten** 120.00

Massage

(Klassisch, Med., Sport)

Bindegewebsmassage

Lymphdrainage

Fussreflexzonenmassage

Bowen Therapie

Schröpfen

Dorn Breuss

Hot Stone

**Gutscheine**

Gutscheine nach Wahl sind beim Sekretariat erhältlich.

\*Vergünstigungen sind nicht kumulierbar

\*\*alle Therapiekurse können ärztlich verordnet werden

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	10:00 - 10:50 Pilates Level 1/2		
11:30 - 12:00 Wassertherapie					
	12:00 - 12:50 Pilates Level 2/3				
			17:00 - 17:30 Wassertherapie		
17:45 - 18:15 TRX	17:30 - 18:20 Pilates Level 2/3				
18:30 - 19:30 Outdoor - Fitness	18:30 - 19:30 Rückbildung	18:30 - 19:30 Rückentraining	17.30-18.20 HIIT Pilates		
19:30 - 20:30 Rückbildung			18:30 - 19:30 Yoga Level 1/2		