

<b>Fitness</b>	
<b>Tageseintritt</b>	20.00
<b>Abonnemente</b>	
12 Monate	800.00
6 Monate	500.00
3 Monate	300.00
<b>Kombi-ABO (Fitness + Kurs)</b>	
12 Monate	1000.00
6 Monate	650.00
3 Monate	350.00
<b>Kombi-ABO (Fitness + Therapiekurs)</b>	
12 Monate	1200.00
6 Monate	800.00
3 Monate	450.00
<b>Fitness Kurse / pro Lektion</b>	16.50
Pilates, Rückentraining, TRX, Outdoortraining - Fitness	
<b>Abnehmprogramm (8 Wochen)</b>	250.00
<b>Personal Training</b>	
30 min	70.00
60 min	130.00
30 min 5er Karte	325.00
60 min 5er Karte	600.00
30 min 10er Karte (10+1 Gratis)	700.00
60 min 10er Karte (10+1 Gratis)	1300.00

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

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

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

<b>Massage / Entstaung</b>	
<b>30 Minuten</b>	60.00
<b>60 Minuten</b>	120.00
Bindegewebsmassage	
Schröpfen / Moxen	
Bowen	
Schwingkissentherapie	
Klassische Massage	
Fussreflexzonenmassage	
Manuelle Lymphdrainage	

<b>Tanita Messung</b>	
1mal Messen (inkl. auswertung)	25.00

<b>Öffnungszeiten</b>	
<b>Fitness</b>	
Montag - Freitag	7:30-19:30 Uhr
Samstag	7:30-14:00 Uhr
Samstag Juli / August	7:30-12:00 Uhr
<b>Sekretariat</b>	
Montag - Freitag	7:30-17:00 Uhr

<b>Gutscheine</b>	
<b>Gutscheine nach Wahl</b> sind beim Sekretariat erhältlich.	

Änderungen bleiben vorbehalten; März 2022

\*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
- Outdoortraining - Therapie

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00 - 09:50 Pilates	9:00 - 10:00 Rückentraining	9:00 - 09:50 Pilates	9:30 - 10:30 Outdoor Fitness mit Kind	9:00 - 09:50 Pilates
				9:00 - 10:00 Rückentraining
11:30-12:00 Wassertherapie	12:00 - 12:50 Pilates		12:00 - 12:50 Pilates	
17:30-17:55 TRX		17:00 - 18:00 Rückentraining	17:00-17:30 Wassertherapie	
18:00 - 19:00 Outdoor - Fitness	17:30 - 18:20 Pilates			
18:30 - 19:30 Rückbildung	18:30 - 20:00 Outdoortraining - Therapie		18:45 - 19:35 Pilates (Fortgeschrittene)	
19:30 - 20:30 Rückbildung				