

## **Tarife & Angebote**

Mit unserem einzigartigen flexiblen Tarifangebot wählen Sie aus einer Vielzahl von individuellen Auswahlmöglichkeiten Ihren Tarif selbst. Ob Sie Gewichtsreduktion, Gewebestraffung, Rückenstärkung, Stressabbau als Ziel haben, ganz egal – wir haben das passende Konzept für Sie. Sie alleine entscheiden, wie viel Sie in Ihre Gesundheit investieren möchten.

**Fitness Basic für 6,90 €/ wöchentlich** (tägliche Nutzung der Ausdauer und Kraft-Fitnessgeräte)

### **Unser gesamtes Fitness- und Wellnessangebot auf einen Blick:**

#### **Fitness und Figur:**

- Ausdauer- und Krafttraining
- Figurstraffung
- Problemzonentraining
- Vibrationstraining
- Neu: fle-xx – Das RÜCKGRAT-Konzept

#### **Gesundheit:**

- Gesundheitskurse
- Ernährungskurse
- Rückenkurse / Pilates / Faszienkurse nach § 20
- Sauna- und Relaxbereich

#### **Gruppentraining:**

- Stepaerobic
- Bauch, Beine, Po
- Hot Iron I (Langhanteltraining)
- Indoor Cycling
- Yoga
- ZUMBA Party
- Neu: Scotti-Circletraining

#### **Individueller Erfolgsplaner**

Ein Betreuungskonzept, von Experten zusammengestellt, für Ihren dauerhaften Erfolg mit sieben Personal Trainerstunden pro Jahr!

Durch regelmäßige Gesundheits- und Leistungstests sowie die Überarbeitung des Trainingsplanes merken Sie sehr schnell die positiven Auswirkungen von regelmäßigen Trainings mit kontinuierlicher Trainingsbetreuung.