

KURSPLAN



gesund leben • vital bleiben



gesund leben • vital bleiben

E: Einsteiger
M: Mittelstufe

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9		09:15 – 10:15 Rücken Fit & Pilates (E)	09:15 – 10:15 Ganzkörpertraining mit Gewichten	09:15 – 10:15 Rücken Fit & Stretching (E)	10:15 – 11:15 Yoga (E)		09:15 – 10:15 Hot Iron II (M) & Iron-Cross (M)
10		10:15 - 11:15 Rücken Fit (E)					10:30 – 11:30 Rücken Fit (E)
11							
17			17:00 – 18:00 BBP (E)				
18	18:00 – 19:00 Step & Dance (M)	18:30 – 19:30 Dance Fitness (M)		17:30 – 18:30 BBP Plus (E/M)	17:30 - 18:30 Hot-Iron I (E/M) 18:30 - 19:30 Rücken Fit (E)		
19	19:00 – 20:00 BBP plus (E/M)	19:30 – 20:30 Rücken Fit (E)	18:30 – 19:30 Hot Iron II (M) & Iron-Cross (M)	18:30 – 19:45 Vinyasa Yoga			

Rehasport: Termine und Informationen siehe Homepage "vitalis-bensheim.de"

Gültig ab September 2018. Bitte zu allen Kursen ein Handtuch und Sportschuhe mitbringen!

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 08:30 - 22:00 Uhr
Sa. & So. 09:00 - 20:00 Uhr
Feiertags 10:00 - 18:00 Uhr

Fitnesspark Vitalis
GmbH & Co. KG
Spessartstraße 4
64625 Bensheim
Tel.: 06251 / 66 161

INFO

vitalis-bensheim.de

Fitnesspark Vitalis GmbH & Co.KG /Spessartstrasse 4
64625 Bensheim / Telefon: 06251 - 66161

Herzlich Willkommen

Preisliste

Vitalis Basic <i>(Fitness oder Kurse)</i>	37,00 €
Vitalis Premium	49,00 €
Vitalis Personal	69,00 €
10-er Karte Sauna	90,00 €
10-er Karte Kurse	70,00 €
10-er Karte Fitness	80,00 €
Tageskarte Sauna	10,20 €
Tageskarte Kurse	7,50 €
Tageskarte Fitness	10,00 €
Tageskarte Kombi	17,00 €
Trainerstunde	25,00 €

Der Fitnesspark Vitalis Bensheim ist seit 25 Jahren erfolgreich in den Bereichen Fitness und Gesundheit etabliert. Unsere fachliche Kompetenz und die persönliche Atmosphäre machen das Vitalis zu einem Ort der Vitalität und Entspannung. Wählen Sie bei uns aus folgenden Leistungen:

- Fitness
- Rehabilitationssport und Funktionstraining
- Fitness- und Gesundheitskurse
- Wellness
- Gesundheitsberatung
- Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM)
- Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)

Haben wir Ihre Neugier geweckt oder haben Sie Fragen?
Sprechen Sie uns an!

Wir freuen uns auf Sie - Ihr Vitalis Team

Verträge:

Vitalis Basic	37,00 €
+ Kurse	5,00 €
+ Sauna	12,00 €

Mögliche Vertragslaufzeiten:

- 12 Monate,
- 6 Monate (+ 5 € monatlich)
- 24 Monate (- 7 € monatlich)

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag: 8:30 - 22:00 Uhr
Samstag / Sonntag: 9:00 - 20:00 Uhr
Feiertag: 10:00 - 18:00 Uhr

Mittwochs Damensauna:
8:30 - 18:00 Uhr

An folgenden Tagen bleibt der Fitnesspark Vitalis
 ganztägig geschlossen:
 Neujahr / Ostersonntag / Heiligabend /
 1. Weihnachtstag / Silvester