

# 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) 1. & 3. Woche im M
11							
17							
18	18:00 – 19:00 BBP (E)	18:30 – 19:30 Dance Fitness (M)		17:30 – 18:30 BBP Plus (E/M)	18:00 - 19:00 Hot-Iron I (E/M)		
					19:00 - 20:00 Rücken Fit (E)		
19	19:00 – 20:15 Yoga (E)	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 2021. 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	37,00 €
<i>(Fitness oder Kurse)</i>	
Vitalis Premium	49,00 €
Vitalis Personal	69,00 €
10-er Karte Sauna	110,00 €
10-er Karte Kurse	80,00 €
10-er Karte Fitness	80,00 €
Tageskarte Sauna	12,80 €
Tageskarte Kurse	8,50 €
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)

### Öffnungszeiten:

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

Mittwochs Damensauna:  
8:30 - 18:00 Uhr

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