



JETZT MITGLIED WERDEN

Einmalige Startgebühr für Neukunden von €50*



12 MONATE Preissieger
Cardio- & Krafttraining
€/Monat

33,-

Bei einmaliger Zahlung
oder €37 bei monatlicher
Zahlung

+ Trainer- & Erfolgspaket
nur €12/Monat

+ Wellnesspaket
nur €12/Monat

6 MONATE
Cardio- & Krafttraining
€/Monat

42,-

Bei einmaliger Zahlung

+ Trainer- & Erfolgspaket
nur €12/Monat

+ Wellnesspaket
nur €12/Monat

3 MONATE
Cardio- & Krafttraining
€/Monat

51,-

Bei einmaliger Zahlung

+ Trainer- & Erfolgspaket
nur €12/Monat

+ Wellnesspaket
nur €12/Monat

1 MONAT
Cardio- & Krafttraining
€/Monat

57,-

Bei einmaliger Zahlung

+ Trainer- & Erfolgspaket
nur €12/Monat

+ Wellnesspaket
nur €12/Monat

EINSTIEGS- PAKETE

Inklusive aller
Zusatzangebote und
einmaliger Startgebühr
(auch als Gutscheine
erhältlich)

1 Monat
statt 131,-
nur **119,-**

3 Monate
statt 275,-
nur **239,-**

6 Monate
statt 446,-
nur **399,-**

* Diese beinhaltet die Abklärung eventuell vorhandener Gesundheitsrisiken, eine Ermittlung des Fitnesszustandes und eine Einschulung zur ordnungsgemäßen und sicheren Benützung der Geräte.

TRAINER- UND ERFOLGSPAKET

12,-
/Monat



WELLNESS PAKET

Tägliche Sauna
& Sanariumbesuche
inklusive

12,-
/Monat



STARTE JETZT

FIT Aktivcenter +
Restaurant GmbH
Moritz Schadekgasse 59
3830 Waidhofen an der Thaya

Tel: 02842/51661
E-Mail: office@fit-waidhofen.at
www.fit-waidhofen.at



EINZELPREISE

Cardio- & Krafttraining
Tageskarte

Erwachsener € 13,- / Tag	Schüler € 10,- / Tag
------------------------------------	--------------------------------

Personaltraining
Fitness-Check & Trainingsplan

€ 44,- / Session

InBody Körperanalyse
Detaillierte Körperanalyse

Nichtmitglieder € 28,-	Mitglieder € 17,-
----------------------------------	-----------------------------

Squash
1 Einheit = 30 Minuten

Pro Einheit
€ 10,-

Sauna & Sanarium
Abschalten und entspannen

Tageseintritt € 12,-	im Paket € 12,- / Monat
--------------------------------	-----------------------------------

Solarium Sun Tower
60 Minuten + 6 Gratis im Block

Einmalig € 1,- / Minute	Block € 60,-
-----------------------------------	------------------------

Folge uns auch auf Social Media



✓ **Anamnese- & Zielgespräch**
Für uns ist es wichtig, dass sich unsere Kunden gut beraten fühlen. Die Trainingsplanung muss individuell an die Vorstellungen und Ziele angepasst werden.

✓ **Erstellung Trainingsplan**
Kraftausdauer oder Muskelaufbau, Ganzkörper- oder Split-Training - der richtige Trainingsplan ist ein wesentlicher Faktor, um Fortschritte zu erzielen.

✓ **InBody Körperanalyse**
Die umfangreiche Körperanalyse liefert in nur 1 Minute wertvolle Parameter wie das prozentuale Körperfett, die segmentale Muskelmasse und das intra- und extrazelluläre Wasser.

✓ **Geräteerschulung**
Nicht nur für Anfänger, sondern auch für Fortgeschrittene ist ein regelmäßiger Check der richtigen Ausführung der Übungen wichtig, um Fehler zu vermeiden.

✓ **Herz-Kreislauf-Test**
Eine Kontrolle der Ausdauer-Leistungsfähigkeit mit einem Test auf dem Fahrradergometer ermöglicht eine genauere Planung der Trainingsintensität.

✓ **Laufende Erfolgsanalysen**
Um die bisherigen Fortschritte zu bewerten und darauf aufzubauen, ist eine regelmäßige Erfolgsanalyse wichtig, um den nächsten Trainingsplan optimal darauf abstimmen zu können.