

BASIC

12 €
(8 € Kinder)

VfL-Grundbeitrag „basic“

Fußball, Faustball, Handball, Tischtennis, Badminton, Laufen, Sportabzeichen, Turnen, Karate, Kickboxen, Boxen, Fitnessboxen, Fitnesskurse, Cross-Fit, Zumba, BBP, Standardtanz, Pilates, Jumping,

REHA-Sport nach Ärztlicher Verordnung

Zusätzlich:

LIGHT
+ 15 €

Fitness-Studio „light“

zeitlich eingeschränktes Training an modernen Geräten und Gewichten

Montag – Freitag: 10 – 16 Uhr

ODER

PREMIUM +
22 €

Fitness-Studio „premium“

Rund-um-die-Uhr-Training an modernen Geräten und Gewichten

Montag – Freitag: 10 – 21 Uhr

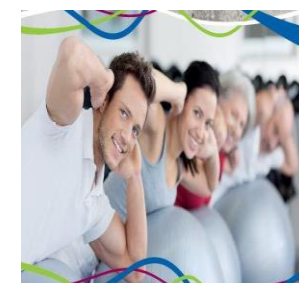
365 Tage / 24 Stunden: außerhalb der Öffnungszeiten und am Wochenende jederzeit Zugang mit Chip*

Das bieten der VfL Kellinghusen und der FitnessPark:

- 100 Trainingseinheiten pro Woche von über 30 qualifizierten DOSB-Trainern
- Betreuung der Mitglieder von Sportlehrern, Fitnesstrainern, REHA-Sport zertifizierten Trainern, von den Krankenkassen zertifizierten Trainern
- Trainer mit Erfahrung vom Breiten- bis hin zum Spitzensport
- Durchgehende Betreuung der Fitnessflächen während der Öffnungszeiten

(* ab 18 Jahren & Verlässlichkeit)

VFL FITNESSPARK



VfL-Fitnesspark Kellinghusen

rund-um-die-Uhr 24/7

Kursprogramm

1.400 m²



Fitness „light“ nur 15 €

Kursprogramm

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
REHA-SPORT	10:00 – 10:45 11:00 – 11:45 18:00 – 18:45	–	09:00 – 09:45	19:00 – 19:45	–
FAT BURNER	–	–	–	–	10:00 – 11:00
CROSSTIME	19:30 – 20:30	–	19:00 – 20:00	–	–
JUMPING	–	–	–	20:00 – 21:00	–
KARATE KIDS	16:30 – 17:30	–	16:30 – 17:30	–	16:30 – 17:30
KARATE FORT.	18:00 – 19:30	–	18:00 – 19:00	–	18:00 – 19:30
KICKBOXEN KIDS	–	18:00 – 19:00	–	18:00 – 19:00	–
KICKBOXEN FORT.	–	19:00 – 20:00	–	19:00 – 20:00	–
FITNESSBOXEN	–	20:00 – 21:00	–	20:00 – 21:00	–
FITNESS COCKTAIL	19:00 – 20:00	–	10:00 – 11:00	–	–
RÜCKENPOWER	–	19:00 – 20:00	–	–	–
PILATES	–	18:00 – 19:00	–	–	–
ZUMBA	–	20:00 – 21:00	19:00 – 20:00	–	–
ZUMBA STEP	–	–	20:00 – 21:00	–	–
BAUCH BEINE PO	–	10:00 – 11:00	–	9:00 – 10:00	–
STANDARD & LATEIN TANZ	–	–	–	–	19:00 – 20:00 20:00 – 21:00 21:00 – 22:00

Betreuung der Fitnessfläche während der Öffnungszeiten durch Cem und Himmet & die Crew.

Montag – Freitag: 10 – 21 Uhr*. (*außerhalb der Öffnungszeiten und am Wochenende jederzeit Zugang mit Chip. Ab 18 Jahren & Verlässlichkeit)

Tel: [048223036891](tel:048223036891)