

THERME BAD STEBEN

Gesundheits- Club



THERME
BAD STEBEN

mit allen Sinnen genießen



**THERME
BAD STEBEN**
Bayerisches Staatsbad

www.therme-bad-steben.de



Gesundheits-Club – Investition in Ihre Gesundheit

Unser qualifiziertes Team der Therme Bad Steben widmet sich Ihren individuellen Gesundheitszielen – und leitet Sie an bei Ihrem gesundheitsorientierten Geräte- und Cardio-Training:

Sie bauen Kraft auf, steigern Ihre Ausdauer und stärken bzw. verbessern Ihre Gesundheit.

Mitgliedschaft & Preise

Vertragslaufzeiten	24 Monate	12 Monate	6 Monate
Gesundheits-Club „Classic“	24,90 €	29,90 €	34,90 €
Gesundheits-Club „Comfort“ inkl. 15% Ermäßigung Therme	29,90 €	34,90 €	39,90 €

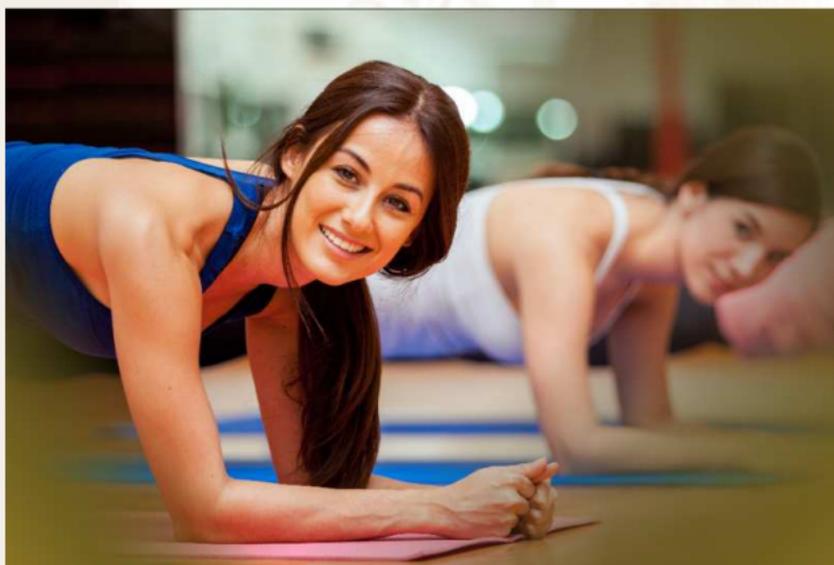
alle Preise verstehen sich pro Monat

Voraussetzung für eine Mitgliedschaft ist ein Eingangs-Check – verbunden mit einer einmaligen Aufnahmegebühr, wie folgt:

Aufnahme-Gebühr

- Individuelle Einführung in das Geräte-Training
- Erstellung eines Trainingsplans

29,90 €



Ihre Vorteile im Gesundheits-Club

Ihre Vorteile als Mitglied des Gesundheits-Clubs:

- günstiger 2-Stunden-Frühstart der Therme während der gesamten Öffnungszeiten buchbar;
- tägliche Nutzung des Gesundheits-Clubs;
- vierteljährliche Anpassung des Trainingsplans;
- Betreuung Ihres Trainings durch das Gesundheits-Team;
- kostenloser Heilwasser-Ausschank der Wiesenquelle im Gesundheits-Club.

Zusätzliche Vorteile – Paket „Comfort“

Die Mitgliedschaft **Gesundheits-Club „Comfort“** beinhaltet zusätzlich eine 15%-ige Ermäßigung auf die Eintrittspreise der Therme Bad Steben:

- beliebig oft gültig
- gültig für Wasserwelten, Sauna & Wellness-Dome
- gültig für alle Tarife (außer Sondertarife)



Stilllegung Mitgliedschaft

Die Mitgliedschaft im Gesundheits-Club kann gegen eine monatliche Gebühr von **5,00 €** jederzeit stillgelegt werden.





Training, Therapie, Geräte & Räume

Training

- Muskelaufbau- & Haltungs-Training
- Herz-Kreislauf-Training
- Bewegungstraining

Therapie

- Individuelle, ganzheitliche Trainingsplanung
- Betreuung durch Physio-Therapeuten bzw. Fitnesstrainer

Geräte und Räume

- Ausdauer-Geräte – Laufband, Fahrrad-Ergometer, Cross-Trainer, Ruder-Ergometer, Stepper
- Krafttraining an Geräten, mit Hanteln oder ohne Gewichte
- Gymnastikraum
- klimatisierter Ruheraum



Öffnungszeiten

Gesundheits-Club
täglich 9.00 bis 21.00 Uhr

Physio-Therapie
Termine auf Anfrage

Therme

- **Wasserwelten**
täglich 9.00 bis 22.00 Uhr
- **Saunaland & Wellness-Dome**
täglich 10.00 bis 22.00 Uhr

In Ergänzung

Kursangebote in Therme & Gesundheitszentrum

Aqua-Prävention

Unsere Aqua-Präventionskurse **Aqua Jogging**, **Aqua Power Fitness** und **Gelenkschonendes Aquatraining** fördern die Kondition & Koordination, kräftigen die Muskeln, stärken das Herz-Kreislauf-System und regen den Fettstoffwechsel an.

	Wann	Einzel-Kurs	8-er Kurs*
Aqua Power Fitness	Di 17.30 Uhr Di 18.30 Uhr Mi 17.30 Uhr Mi 18.30 Uhr	17,00 €	105,00 €
Aqua Jogging	Di 19.15 Uhr Mi 19.15 Uhr	17,00 €	105,00 €
Gelenkschonendes Aquatraining	Mi 9.00 Uhr Mi 10.00 Uhr Mi 11.00 Uhr	17,00 €	105,00 €

* Geschlossene 8-er Kurse. Terminierung notwendig: im Service-Center oder unter Telefon 09288 960-0. Start der Kurse siehe www.therme-bad-steben.de

Aqua-Prävention macht sich bezahlt

Ab 7 Teilnahmen können die Kurse Aqua Jogging, Aqua Power & Gelenkschonendes Aquatraining mit bis zu **75 Euro bezuschusst** werden.

Fragen Sie Ihre Krankenkasse.

Rücken-Training & Rücken-Entspannung

	Wann	Einzel-Karte	8er-Kurs
Rückenschule*	Mo 19.00 Uhr	9,90 €	75,00 €

* Geschlossener 8-er Kurs. Terminierung notwendig: im Service-Center oder unter Telefon 09288 960-0. Start der Kurse auf Anfrage.

Aqua Kurse fit & fun

	Wann	Einzel-Karte	8-er Karte
Aqua Zumba	Do 19.00 Uhr	15,00 €	95,00 €
Aqua Biking*	Do 18.00 Uhr	17,90 €	95,00 €

* Anmeldung erforderlich: im Service-Center oder unter Telefon 09288 960-0.



Kurse in der Therme





Therme Bad Steben – mit allen Sinnen genießen

Angebote in der Therme

- Wasserwelten, Saunaland, Wellness-Dome
- Vitalhalle für Aqua-Training
- Wellness-Zentrum

Angebote im Gesundheits-Zentrum

- Physiotherapie mit Einzel-Behandlungsräumen
- Badeabteilung für Moor- und Mineralheilbäder sowie Hydrotherapie

Fitness-Preise für Nicht-Mitglieder

Einführung in das Geräte-Training

Voraussetzung zum Training im Gesundheits-Club, nur in Verbindung mit einer 10er Karte möglich.

- Erstellung eines Trainingsplans
- Einweisung in das Geräte-Training

14,90 €

10er Karte Fitness

Voraussetzung: Teilnahme an einem Einführungs-Training

85,00 €

Einzelkarte Fitness

Voraussetzung: Teilnahme an einem Einführungs-Training

12,00 €

Personal-Training

Dauer 60 Min.

49,00 €

für Club-Mitglieder 34,90 €



Kontakt & Beratung

Bayerisches Staatsbad Bad Steben
Badstr. 31 · 95138 Bad Steben

Tel. 09288 960-0 · Fax 09288 960-10
www.therme-bad-steben.de
info@therme-bad-steben.de