



**sportcenter
kehrsatz**
tennis
badminton
fitness

Fitness



Fitnessraum mit modernsten Geräten für jung und alt

- verbesserte Kraftausdauer
- gezielter Muskelaufbau
- Leistungssteigerung
- gutes Lebensgefühl
- gesunde und stabile Gelenke
- Verletzungen vorbeugen
- Rehabilitation
- Wirbelsäulen – Stabilität
- Haltungsverbesserung

Profitieren Sie von unserem attraktiven Angebot!

Fit sein und sich wohl fühlen

Muskeln und Körper trainieren, fit sein und sich dabei wohl fühlen. Ausgerüstet mit modernsten Fitnessgeräten bieten wir dir eine Vielfalt von Trainingsmöglichkeiten.

Sinn und Zweck

Die persönliche Fitness wird von jedem sehr individuell wahrgenommen und beurteilt. Stehen für den einen sportliche Leistungen oder ein attraktives Erscheinungsbild im Mittelpunkt der Zielsetzung, spielen für den anderen die Steigerung der allgemeinen Leistungsfähigkeit im Alltag oder gar das seelische Gleichgewicht eine wichtige Rolle. Immer wichtiger wird für viele Menschen der Wunsch von Beschwerdefreiheit und somit einer gesteigerten Lebensqualität und mehr Lebensfreude.

Geräte

Crosstrainer, Lifevelo, Multikraftturm, Universalbank, Rückengerät, Bauchbügel, Sprossenwand sowie ein Klein- und Langhantelsatz.

Einführungslektion

In einer Einführungslektion erstellen wir Ihnen einen persönlichen Trainingsplan, welchen Sie anschliessend auf Ihrer Trainingskarte protokollieren können. Wir erklären Ihnen den Trainingsablauf und instruieren Sie in der Ausführung der Übungen und der Handhabung von Geräten und Hilfsmitteln. Wir zeigen Ihnen den Zusammenhang zwischen einzelnen Übungen und deren unmittelbaren Nutzen im Alltag auf.

Kosten: Fr. 50.- inkl. Eintritt
Leitung: Theres Schweizer, diplomierte Fitnesstrainerin
079 534 88, theres.schweizer@bluewin.ch
www.therapiepraxis-ki.ch

Preise

		TCK & AHV – Mitglieder, Jahres- und Winterabonnemente, Studenten, Lehrlinge und Schüler
Einzeleintritt	Fr. 15.-	Fr. 12.-
1 Monat	Fr. 65.-	Fr. 50.-
3 Monate	Fr. 155.-	Fr. 120.-
6 Monate	Fr. 250.-	Fr. 195.-
1 Jahr	Fr. 390.-	Fr. 290.-

Anmeldetalon Fitness – Abonnement

- 1 Monat
- 3 Monate
- 6 Monate
- 1 Jahr

Mitglied Tennisclub Kehrsatz: ja nein

Einführungslektion gewünscht: ja nein

Name/Vorname:

Adresse:

PLZ/Ort:

Tel. P.: Tel. G.:

Handy: E – Mail:

Geburtsdatum:

Datum & Unterschrift:

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich die allgemeinen Vertragsbestimmungen gelesen habe und damit einverstanden bin. Zudem werde ich mich vor jedem Besuch bei der Einschreibeliste an der Reception eintragen.

Jugendliche unter 18 Jahren brauchen eine Bestätigung eines Elternteils.

Datum & Unterschrift eines Elternteils:

Keep fit and enjoy your life!

Allgemeine Vertragsbestimmungen

1. **Der Fitnessraum ist nicht betreut. Sie tragen sich an der Reception in die Einschreibliste ein, und betreiben den Sport auf eigene Verantwortung. Jugendliche bis 18 Jahre brauchen eine schriftliche Bestätigung eines Elternteils.**
2. Mit dem Eintragen ins Einschreibebuch bei der Reception bezeugt der Kunde, dass er auf eigene Verantwortung und unter Abklärung seiner Gesundheit unseren unbetreuten Fitnessraum betritt. Für den Fitnesssport hat man immer sein persönliches „Schweiß Tuch“ dabei. Das barfüssige Betreiben dieses Sportes ist untersagt. Die Tennisanlage behält sich das Recht vor, die Anlage ohne Entschädigungspflicht an 5 Tagen pro Jahr zu schließen.
3. Das Abo verlängert sich stillschweigend, wenn die Kündigung nicht 14 Tage vor Ablauf eintrifft. Bei nicht Einhalten der Frist wird eine Annulationsgebühr von Fr. 50.- verrechnet.
4. Das Benützen der Anlagen und Einrichtungen erfolgt auf eigenes Risiko. Eine sportärztliche Untersuchung vor dem Kauf des Abonnements ist für Personen angezeigt, welche lange keinen Sport mehr betrieben haben, gesundheitliche Probleme aufweisen oder während den letzten Jahren an einer schweren Krankheit gelitten haben. Für Schäden, welche sich der Fitnessraumbenutzer(in) aus Unfällen, Verletzungen und Krankheiten bei der Benützung der Anlagen und Geräte zuzieht, besteht seitens der Tennisanlage und deren Personal keine Haftung. Auch in Fällen von Diebstahl und für liegengeliebene Gegenstände übernimmt die Anlage keine Haftung.
5. Das Nichtbenützen der Fitnessanlagen berechtigt nicht zur Reduktion oder Rückforderung des Beitrages. Ausnahmen für Vertragsunterbrüche:
Das Abo wird in nachstehenden Fällen verlängert:
 - Bei Krankheit und Unfall (Arztzeugnis = mindestens ein Monat)
 - Bei beruflich bedingten Auslandsaufenthalten ab 4 Wochen (Bestätigung)
 - Sprach- / Auslandsaufenthalten und Ferien ab 4 Wochen (Bestätigung)
 - Bei medizinischer Indikation während der Schwangerschaft (Arztzeugnis)
6. Alle Besucher verpflichten sich, den Anweisungen des Personals Folge zu leisten und unsere Fitnessregeln strikte einzuhalten. Grobe und wiederholte Verstöße haben nach einmaligem Verweis den Entzug des Abonnements ohne Anspruch auf Rückerstattung zur Folge. Versicherung ist Sache des Kunden.
7. Bei Grossandrang ist die Benützungsdauer an den Ausdauergeräten auf 20 Minuten beschränkt.