

Gesundheitskurse  
Für die Gesundheits-  
kurse ist eine separate  
Anmeldung erforderlich.  
Der Kurspreis richtet sich  
nach der Stundenzahl  
pro Trimester

1. Trimester:  
Januar bis zu den  
Osterferien

2. Trimester:  
nach den Osterferien bis  
zu den Sommerferien

3. Trimester:  
nach den Sommer-  
ferien bis Weihnachten

### 3. Trimester 2018 (10.09 – 21.12.18)

Kurs/ An-	Beginn	Mitglied	Nicht-
Tag	zahl		mitglied

#### Wirbelsäulengymnastik:\*

Mo.	14x	10.09.18	56,00 €	77,00 €
Di.	14x	11.09.18	56,00 €	77,00 €
Mi.	13x	12.09.18	52,00 €	71,50 €
Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €
Fr.	14x	14.09.18	56,00 €	77,00 €

#### Schulter, Nacken und Rücken:\*

Mo.	14x	10.09.18	56,00 €	77,00 €
Di.	14x	11.09.18	56,00 €	77,00 €

#### Osteoporosegymnastik:\*

Mo.	14x	10.09.18	56,00 €	77,00 €
Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €

#### Sport nach und mit Krebs:\*

Mo.	14x	10.09.18	56,00 €	77,00 €
Di.	14x	11.09.18	56,00 €	77,00 €
Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €

#### Diabetikersport:\*

Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €
-----	-----	----------	---------	---------

#### Gefäßsport:\*

Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €
-----	-----	----------	---------	---------

#### Beckenbodentraining + WS:\*

Di.	14x	11.09.18	56,00 €	77,00 €
Mi.	13x	12.09.18	52,00 €	71,50 €
Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €

#### Hüft- und Knieschule:\*

Mo.	14x	10.09.18	56,00 €	77,00 €
Di.	14x	11.09.18	56,00 €	77,00 €
Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €

#### Pilates (Einsteiger):

Mi.	13x	12.09.18	52,00 €	71,50 €
-----	-----	----------	---------	---------

#### Pilates (Fortgeschrittene):

Mo.	14x	10.09.18	56,00 €	77,00 €
Di.	14x	11.09.18	56,00 €	77,00 €
Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €

#### Pilates Sensitive:

Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €
-----	-----	----------	---------	---------

Mit oder ohne Kind – Kinderbetreuung vor Ort  
kostenlos möglich:

#### Pilates nach der Schwangerschaft:

Mi.	13x	12.09.18	52,00 €	71,50 €
Do.	14x	13.09.18	56,00 €	77,00 €

#### Fit für Mamas:

Di	14x	11.09.18	56,00 €	77,00 €
----	-----	----------	---------	---------

\*Abrechnung auf Verordnung möglich



Verbindend  
fortschrittlich  
Leistungsstark

# VFL-CENTER



Verbindend  
fortschrittlich  
Leistungsstark

#### VfL Herrenberg e.V. Schießmauer 6 71083 Herrenberg

#### Öffnungszeiten:

##### Geschäftsstelle:

Montag, Mittwoch, Freitag:  
9.00 – 12.00 Uhr  
Dienstag, Donnerstag:  
16.00 – 19.00 Uhr  
Telefon 07032/895 58 0  
Fax 07032/895 58 29  
info@vfl-herrenberg.de  
www.vfl-herrenberg.de

##### B. Birnbaum

##### Fitness- und Gesundheitsstudio:

Montag bis Freitag:  
7 – 22 Uhr

##### Samstag

(1.5. – 30.9.):  
13 – 18 Uhr  
(1.10. – 30.4.):  
12 – 19 Uhr

##### Sonntag:

(1.9. – 30.6.):  
9 – 18 Uhr  
(1.7. – 31.8.):  
9 – 14 Uhr

##### Telefon:

07032 / 895 58 27  
info@vfl-herrenberg.de

##### Saunabereich:

jeweils 30 min. nach  
Öffnung bis 30 min vor  
Schließung des Studios.

##### Damensauna:

Montag 8 – 14 Uhr  
Mittwoch 17 – 21.30 Uhr

##### M. Hocker



#### DER Verein.

#### Für jeden was dabei...

##### Fitnessverträge

einschließlich Sauna und Fitnesskurse (grün)

Laufzeit	Mitglied	Nichtmitglied
12 Monate	pro Monat	38,- €
6 Monate	pro Monat	43,- €
3 Monate	pro Monat	48,- €
10er Karte	einmalig	78,- €
		98,- €

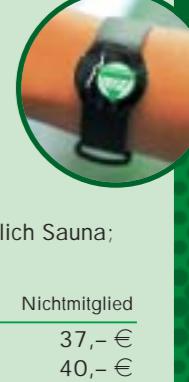
##### Mittagstarif 11.00 – 16.00 Uhr ohne Wochenende/Feriertag:

Laufzeit	Mitglied	Nichtmitglied
12 Monate	pro Monat	24,- €
6 Monate	pro Monat	29,- €
3 Monate	pro Monat	34,- €
Starterpaket		69,- €
		69,- €

##### Ermäßigungen:

(nicht kombinierbar)

8,- € pro Monat (nicht für Mittagstarif)  
für Schüler/Studenten/FSJ/BFD mit gültigem Nachweis oder  
Zeitlimitverträge bis 17.00 Uhr



##### Kursverträge:

Alle grün hinterlegten Kurse einschließlich

