

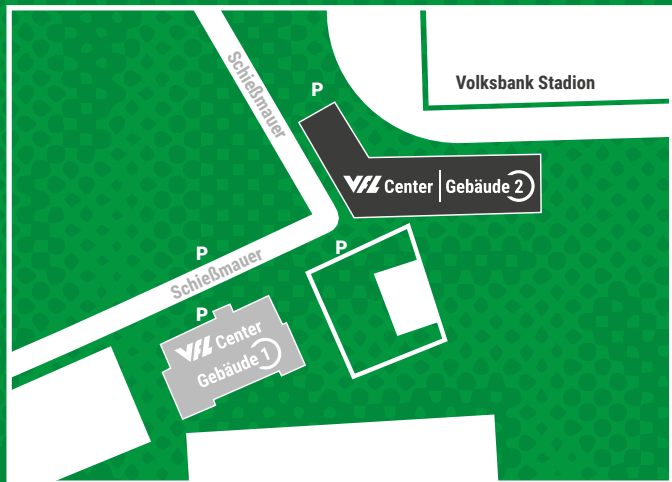


Fitness- und Gesundheitsstudio

im VfL Center



DER Verein. Verbindend, fortschrittlich, Leistungsstark.



VfL Center
 Schießmauer 6 | 71083 Herrenberg
 Tel. 07032 89558 -27
 info@vfl-herrenberg.de
 gesundheitsstudio.vfl-herrenberg.de

Öffnungszeiten

	Sommer (1.6. – 31.8.)	Winter (1.9. – 31.5.)
Montag – Freitag:	07 – 22 Uhr	07 – 22 Uhr
Samstag:	13 – 18 Uhr	11 – 18 Uhr
Sonntag:	09 – 14 Uhr	09 – 18 Uhr

Sonderöffnungszeiten unter:
gesundheitsstudio.vfl-herrenberg.de/feiertage

Stand: 04/2026

Da ist für jeden was dabei!

Fitness-Mitgliedschaft

einschließlich Sauna und Fitnesskurse

Laufzeit		Mitglied	Nichtmitglied
12 Monate	pro Monat	47 €	60 €
6 Monate	pro Monat	54 €	67 €
3 Monate	pro Monat	59 €	72 €
10er Karte	einmalig	94 €	118 €
Starterpaket	einmalig	79 €	79 €

Mittagstarif

11.00 – 16.00 Uhr, ohne Wochenende und Feiertage

Laufzeit		Mitglied	Nichtmitglied
12 Monate	pro Monat	32 €	45 €
6 Monate	pro Monat	38 €	51 €
3 Monate	pro Monat	44 €	57 €
Starterpaket	einmalig	79 €	79 €

Ermäßigungen

(nicht kombinierbar; nicht auf 10er-Karten/Mittagstarif)

- Nutzung bis 17 Uhr (Zeitlimit) 8 €
- Schüler & Studenten 8 €
- Partner-Mitgliedschaft..... 10 % bei Lebensgemeinschaft in einem Haushalt oder ein Erwachsener als Partner des eigenen Kindes.

Ruhezeit

Für Fitness-Mitgliedschaften mit 12 Monaten Laufzeit kann einmal pro Kalenderjahr eine Ruhezeit von 3 bis 6 Wochen beantragt werden.

Kurs-Mitgliedschaft

Alle Fitnesskurse, einschließlich Sauna.
 10er-Karte ohne Sauna.

Laufzeit		Mitglied	Nichtmitglied
12 Monate	pro Monat	28 €	41 €
6 Monate	pro Monat	31 €	44 €
3 Monate	pro Monat	35 €	48 €
10er Karte	einmalig	70 €	90 €

Sauna

Laufzeit		Mitglied	Nichtmitglied
10er Karte	einmalig	69 €	85 €
Tageskarte	einmalig	8 €	10 €

VfL Mitgliedsbeiträge

Jugendliche bis 18 Jahre; Studenten	38 €
Erwachsene ab 18 Jahre	76 €
Lebenspartner	113 €
Alleinerziehende mit Kind bis 18 Jahre	100 €
Familien mit Kindern bis 18 Jahre	137 €

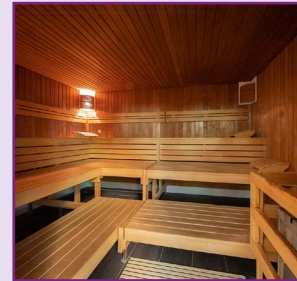
Mitgliedschaft beim VfL Herrenberg

Trainingsmöglichkeiten in über 20 Abteilungs- und Sportangeboten!

über 1 800 Jugendliche 200 Übungsleiter
6000 Mitglieder
 20 Abteilungen Wettkampfsport
 Gesundheitssport Freizeitsport
 vereinseigenes Fitnessstudio
 Sportversicherung Jugendarbeit

Damensauna

Öffnungszeiten
 Montag 7.30 – 14.00 Uhr
 Mittwoch 16.00 – 20.00 Uhr



Kinderbetreuung

kostenlos

Ihre ganz persönliche Auszeit! Während Sie unsere Angebote nutzen, betreut unser geschultes Fachpersonal Ihren Nachwuchs. (Altersgrenze: 0 – 5 Jahre)

Öffnungszeiten
 Di, Mi, Fr: 8.45 – 11.30 Uhr
 Sonntag 9.15 – 11.45 Uhr



Deine VfL Center-Apps

ClubConnector-App



Für deine Kursbuchung

Technogym-App

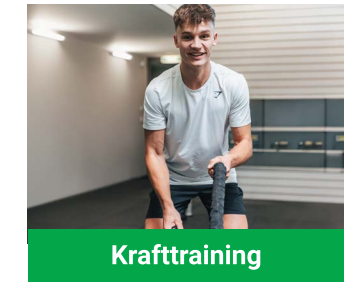


Für dein Gerätetraining

Weitere Informationen zu deinen Center-Apps:



Unser 360° Angebot!



Krafttraining



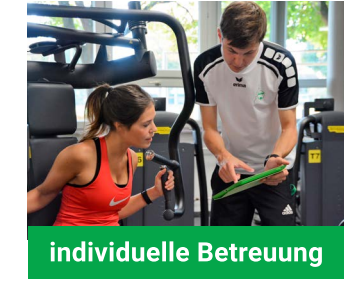
Ausdauertraining



Beweglichkeitstraining



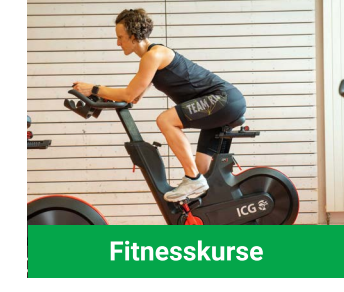
Sauna und Wellness



individuelle Betreuung



Pilates



Fitnesskurse



Rehasport



Kindersport



Kinderbetreuung

Ansprechpartner im VfL Center



Caro Färber – Teamleitung Fitnessstudio
 Tel. 07032 89558-27
 carola.faeber@vfl-herrenberg.de



Nathalie Flach – Geschäftsstelle
 Tel. 07032 89558-0
 nathalie.flach@vfl-herrenberg.de








Schreibt uns einfach auf WhatsApp!

Auf einen Blick: wöchentlich über 40 Fitnesskurse im VfL Center

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag		Freitag			Sonntag	
Halle	Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Outdoor	Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Outdoor	Gymnastik-Halle	Outdoor	Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Outdoor	Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle
7.30 Uhr	7.30 – 8.30 Faszien-training										7.30 – 8.30 Early-Bird-Cycling				
8.00 Uhr															
8.30 Uhr							8.00 – 9.00 FitMix sensitiv					8.00 – 9.00 Faszien-training			
9.00 Uhr		9.00 – 10.00 FitMix sensitiv			9.00 – 10.00 CardioFit			9.00 – 10.15 FitMix					9.00 – 10.00 Faszien-training		
9.30 Uhr															
10.00 Uhr		10.00 – 11.00 Rückenfit		10.10 – 11.10 CoreBalance					10.00 – 11.00 FitMix			10.00 – 11.00 FitMix		9.30 – 10.30 Cycling	9.30 – 10.30 FitMix
10:30 Uhr															
11.00 Uhr									11.00 – 12.00 Rückenfit			11.00 – 11.30 five-Gym			
11.30 Uhr															

18.00 Uhr	18.00 – 19.10 Cycling (E) <small>(bis 31.05.2026)</small>	18.00 – 19.00 Pump	18.00 – 19.00 Rückenfit	18.00 – 19.00 MobilityFlow		18.10 – 19.10 Cycling	18.00 – 19.00 FitMix	18.00 – 19.00 Deep Work	18.00 – 19.00 FitMix		18.00 – 19.00 Pump	18.00 – 19.00 CardioFit
18:30 Uhr												
19.00 Uhr	19.10 – 20.10 Cycling	19.10 – 20.10 Functional Fitness		19.00 – 20.00 CardioFit		19.10 – 20.10 Pump		19.00 – 20.00 Rückenfit	19.00 – 20.00 Yoga	19.00 – 20.00 Functional Fitness	19.10 – 20.10 Cycling	19.00 – 19.30 Core
19.30 Uhr												
20.00 Uhr		20.10 – 21.10 Zumba	20.00 – 21.00 Yin Yoga & Meditation	20.00 – 21.00 FIT4SNOW			20.00 – 20.30 Stretch					
20.30 Uhr												

Legende / Informationen:

-  = Halle befindet sich im VfL Center | Gebäude 1
-  = Fläche befindet sich neben Halle A | Gebäude 2
-  = Outdoorkurse finden auf der grünen Tartanfläche oder in der Freilufthalle statt (siehe ClubConnector)
-  = Kursformate der Marke five Gym 

Alle Kurse erfordern eine Reservierung

(ab 48h vorher | Cycling Kurse 24h vorher)

Alle Kursbeschreibungen auf unserer Webseite oder einfach per QR-Code scannen.



Ansprechpartner für Fitnesskurse:

Chris Ansel (chris.ansel@vfl-herrenberg.de)

Tagesaktueller Kursplan



QR-Code scannen und den aktuellen Kursplan einsehen.

ClubConnector

Kursanmeldung

Über die App oder online unter gesundheitsstudio.vfl-herrenberg.de/apps QR-Code zum Verknüpfen:



Mitglieder-Wifi

im VfL-Center.
Alle Informationen erhalten Sie am Empfang.



VfL HERRENBERG

Verbindend
fortschrittlich
Leistungsstark