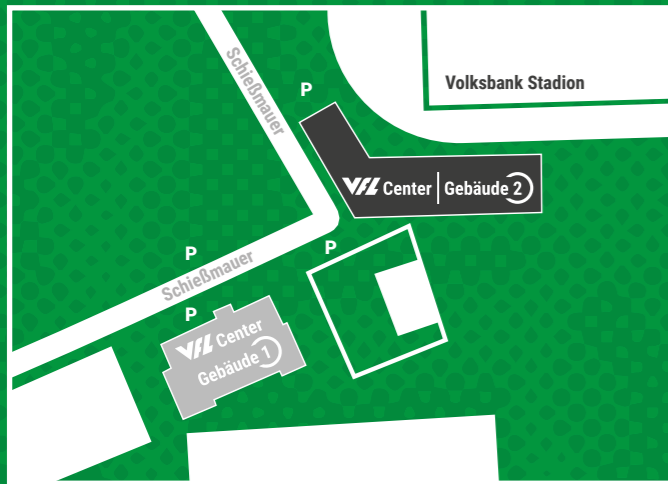




Fitness- und Gesundheitsstudio im VfL Center



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: 06/2024

Da ist für jeden was dabei!

Fitness-Mitgliedschaft

einschließlich Sauna und Fitnesskurse

Laufzeit		Mitglied	Nichtmitglied
12 Monate	pro Monat	42 €	54 €
6 Monate	pro Monat	48 €	60 €
3 Monate	pro Monat	53 €	65 €
10er Karte	einmalig	84 €	106 €
Starterpaket	einmalig	69 €	69 €

Mittagstarif

11.00 – 16.00 Uhr, ohne Wochenende und Feiertage

Laufzeit		Mitglied	Nichtmitglied
12 Monate	pro Monat	29 €	41 €
6 Monate	pro Monat	34 €	46 €
3 Monate	pro Monat	39 €	51 €
Starterpaket	einmalig	69 €	69 €

Ermäßigungen

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

Nutzung bis 17 Uhr (Zeitlimit) 8 €
Schüler, Studenten, FSJ & BFD 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	25 €	37 €
6 Monate	pro Monat	28 €	40 €
3 Monate	pro Monat	31 €	43 €
10er Karte	einmalig	60 €	80 €

Sauna

Laufzeit		Mitglied	Nichtmitglied
10er Karte	einmalig	62 €	77 €
Tageskarte	einmalig	7 €	9 €

VfL Mitgliedsbeiträge

Jugendliche bis 18 Jahre; Studenten 35 €
Erwachsene ab 18 Jahre 70 €
Lebenspartner 106 €
Alleinerziehende mit Kind bis 18 Jahre 94 €
Familien mit Kindern bis 18 Jahre 129 €

Mitgliedschaft beim VfL Herrenberg

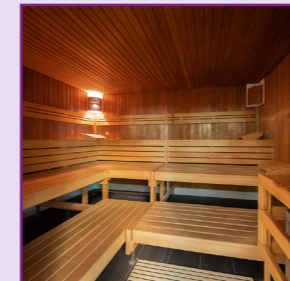
Trainingsmöglichkeiten in über 20 Abteilungs- und Sportangeboten!

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

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.

Öffnungszeiten

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



NEUE ANGEBOTE im VfL Center!

Five Zirkel
Technogym Biocircuit
Functional Area



Unser 360° Angebot!



Krafttraining



Ausdauertraining



Beweglichkeitstraining



Sauna und Wellness



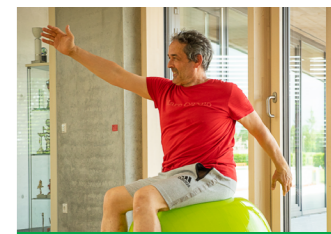
individuelle Betreuung



Pilates



Fitnesskurse



Rehasport



Kindersport



Kinderbetreuung

Ansprechpartner im VfL Center



Chris Ansel – Sportliche Leitung
Tel. 07032 89558 -27
chris.ansel@vfl-herrenberg.de



Angela Rilka – Geschäftsstelle
Tel. 07032 89558 -0
angela.rilka@vfl-herrenberg.de



Schreibt uns einfach auf WhatsApp!

Auf einen Blick: wöchentlich über 40 Fitnesskurse im VfL Center

	Montag						Dienstag						Mittwoch						Donnerstag						Freitag						Samstag						Sonntag					
Halle	Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Halle A	Raum B	Raum C		Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Halle A	Raum B	Raum C		Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Halle A	Raum B	Raum C		Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Halle A	Raum B	Raum C		Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Halle A	Raum B	Raum C		Walter-Keck-Halle	Gymnastik-Halle	Halle A	Raum B	Raum C							
8.00 Uhr	7.30 – 8.30 Faszientraining																																									
8.30 Uhr																																										
9.00 Uhr		9.00 – 10.00 FitMix sensitiv						9.00 – 10.00 CardioFit																																		
9.30 Uhr																																										
10.00 Uhr		10.00 – 11.00 deepWork®						10.00 – 11.10 Fit für Mamas																																		
10.30 Uhr																																										
11.00 Uhr		11.00 – 12.00 Rückenfit intensiv																																								
11.30 Uhr																																										
12.00 Uhr																																										
18.00 Uhr								18.00 – 19.00 Rückenfit																																		
18.30 Uhr		18.00 – 19.00 Pump					18.00 – 19.00 NEU MobilityFlow																																			
19.00 Uhr	19.10 – 20.10 Cycling	19.00 – 20.00 Functional Fitness						19.00 – 20.00 CardioFit																																		
19.30 Uhr																																										
20.00 Uhr		20.00 – 21.00 Zumba						20.00 – 21.00 FIT4SNOW																																		
20.30 Uhr																																										

Legende / Informationen:

- = Halle befindet sich im VfL Center | Gebäude 1
- = Halle befindet sich im VfL Center | Gebäude 2
- = Fitness-Kurse
- = Gesundheitssport*
- = Fremdbelegungen (Kindergärten, o. Ä.)
- = Kindersport**
- = Freizeit- und Abteilungsangebote
- 📍 = Outdoorkurse
- 🔥 = Kursformate der Marke five

Alle Kurse erfordern eine Reservierung (ab 48h vorher | Cycling Kurse 24h vorher)

* Kursdetails finden Sie im Programmflyer für Reha- und Pilateskurse.

** Die Kindersport-Angebote finden Sie im KiSS-Flyer.

Ansprechpartner für Kurse:

Fitnesskurse: Chris Ansel (chris.ansel@vfl-herrenberg.de)
 Gesundheitskurse: Anja Kügler (anja.kuegler@vfl-herrenberg.de)

Tagesaktueller Kursplan



QR-Code scannen und den aktuellen Kursplan einsehen.



Kursanmeldung über gesundheitsstudio.vfl-herrenberg.de/apps
 Code zum Verknüpfen: 74xgE

Mitglieder-Wifi

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



VfL HERRENBERG
 Verbindend
 fortschrittlich
 Leistungsstark