

... weitere Infos unter [www.haaner-tv.de](http://www.haaner-tv.de)



**CityFit**  
Fitness- und Gesundheitszentrum



**Wir bewegen Haan**

- 360 Tage im Jahr geöffnet / 76 Stunden in der Woche
- 13 Ausdauerstationen / 20 Kraftstationen / Slingtraining / Freihantelbereich / Dehnstation / Vibrationstraining
- Fitness-Check und individueller Trainingsplan
- Qualifizierte Trainer und Kursleiter helfen bei der Erreichung von persönlichen Zielen
- Große, freundliche Kursräume mit vielen Kleingeräten
- Über 30 Kurse pro Woche mit freier Auswahl
- Über 20 Reha-Sport-Gruppen

**Auch das bieten wir**

- Angenehme Atmosphäre und persönliche Betreuung
- Gesamtes HTV-Sportangebot in 18 Abteilungen inklusive
- Zentrumnah mit kostenfreien Parkplätzen und guten Busverbindungen
- Kostenfreies Wasserangebot
- Flexible, transparente Beiträge / kurze Kündigungsfristen
- Freies WLAN

**Unsere Öffnungszeiten**

Montag / Mittwoch / Freitag 8.30-21.30 Uhr  
 Dienstag / Donnerstag 7.30-21.30 Uhr  
 Samstag 9.00-18.00 Uhr  
 Sonntag (Feiertage bis 16.00 Uhr) 10.00-18.00 Uhr

HTV-Fitness- und Gesundheitszentrum  
 Turnstraße 25a / 42781 Haan

☎ 02129/5655-14 / Fax -29 / [cityfit@haaner-tv.de](mailto:cityfit@haaner-tv.de)

[www.haaner-tv.de](http://www.haaner-tv.de)

**CityFit**  
Fitness- und Gesundheitszentrum



**Gesundheitstag**

Samstag

6. April 2019

10.00-16.00 Uhr



**Geräte & Kurse**

Haaner Turnverein 1863 e.V.  
 Turnstraße 25, 42781 Haan  
 ☎ 02129/5655-14 / Fax: -29  
[cityfit@haaner-tv.de](mailto:cityfit@haaner-tv.de)  
[www.haaner-tv.de](http://www.haaner-tv.de)

**Unsere Beiträge**

**Verbindliche HTV-Mitgliedschaft**

Vereinsmitgliedschaft inkl. Nutzung aller Sportangebote (ggf. Aufnahmegebühr u. Zusatzbeiträge).

**FitnessCard (Geräte)**

Zielgerichtetes und individuelles Training im Gerätebereich mit regelmäßig neuen Trainingsplänen und -methoden.

**TimeCard (Geräte)**

Für alle Frühaufsteher und „Spätzünder“ – Training in den ruhigeren Zeiten.  
 Eine kostengünstige Alternative zur FitnessCard.

**YoungCard (Geräte)**

Die YoungCard ist unser spezielles Angebot für Schüler, Azubis und Studenten im Alter von 15-27 Jahren zu einem besonders günstigen Beitrag.

**FlexiCard (Kurse)**

Flatrate im Kursbereich (ca. 30 Kurse). Verschiedene Kursprofile bringen Abwechslung, Gruppendynamik und ein hohes Maß an Qualität. Optional: 10er-Karte.

**CombiCard (Geräte & Kurse)**

Die CombiCard kombiniert die Vorteile der FitnessCard und der FlexiCard – völlige Freiheit im Geräte- und Kursbereich.

**Unsere Philosophie**

Bewegung und Fitnesstraining muss als eine Lebensaufgabe verstanden werden. Wir möchten Sie auf dem nicht immer einfachen Weg begleiten und zur Seite stehen – mit Fachwissen, Motivation & Spaß.

Ob sportartspezifisches Krafttraining, orthopädisches oder neurologisches Rehabilitationstraining, Muskelaufbau oder Gewichtsreduktion – gemeinsam wollen wir ihre Ziele verwirklichen!

HTV-Grundbeitrag	Vollzahler	Ermäßigt
Gesamtes HTV-Sportangebot	€ 15,00	€ 9,00
Trainingszeit	zuzüglich	zuzüglich
Immer zur Öffnungszeit	€ 26,00	€ 26,00
Trainingszeit	zuzüglich	zuzüglich
Mo.-Fr. 12.00-16.30 Uhr 20.00-21.30 Uhr Di.+Do. 7.30-10.00 Uhr Sa.+So. zur Öffnungszeit	€ 21,00	€ 21,00
Trainingszeit	zuzüglich	zuzüglich
Mo.-Fr. 12.00-21.30 Uhr Sa.+So. zur Öffnungszeit	---	€ 15,00
Trainingszeit	zuzüglich	zuzüglich
Alle CityFit-Kurse mit Ausnahme der Reha-Sport-Kurse	€ 14,00	€ 14,00
Trainingszeit	zuzüglich	zuzüglich
Alle Kurse (exkl. Reha-Sport-Kurse), Geräte immer zur Öffnungszeit	€ 32,00	€ 32,00



# Der Gesundheitstag

am Samstag, den 6. April 2019 von 10.00-16.00 Uhr



**Bei Anmeldung auf der Gerätefläche sparst du am 6. April 2019 das Startpaket im Wert von 39,00 €!**

Für alle Mitglieder aus dem *CityFit*: Werbt bis zu 3 neue Mitglieder und trainiert kostenfrei bis zu 3 Monaten! (Pro Mitglied 1 kostenfreier Monat)



## Unsere Vorteile auf einen Blick:

- Anleitung durch qualifizierte Sportwissenschaftler, Trainer und Kursleiter
- Attraktive Kursräume mit vielen modernen Kleingeräten
- CityFit-Mitgliedern steht durch die verbindliche Vereinsmitgliedschaft das gesamte HTV-Sportangebot offen
- Kurze Kündigungsfristen mit nur 6 Wochen zum Quartalsende (4x im Jahr)- keine Langzeitbindung
- Attraktive Vergünstigungen für Schüler, Azubis und Studenten gegen Nachweis (ermäßigter Beitrag)
- Günstiges Startpaket für den Gerätebereich im Wert von 39,00 € beinhaltet sämtliche Trainertermine, Planerstellung etc.
- Keine versteckten Kosten (z.B. Betreuungspauschale)
- Weitere Infos in Satzung und Beitragsordnung

**Sichere dir deine umfangreiche Mineralstoffmessung für nur 10,-** (Termine von 10.00-13.00 Uhr Voranmeldung im Check-In notwendig)

**Kinderbetreuung mit Hüpfburg in der HTV-Halle von 10.00-16.00 Uhr**

Uhrzeit	Kursbezeichnung
11:00-11:50	Rücken 3D
12:00-12:50	Beckenbodengymnastik
13:00-13:30	Fußgymnastik
13:30-14:00	Wirbelsäulengymnastik
14:00-14:50	Stretch&Relax
15:00-15:50	Fit ins hohe Alter

Frisch gepresste Säfte \* gesunde Snacks mit Rezepten zum Mitnehmen \* Blutdruckmessung \* Ausdauerstest \* Koordinationstest \* Beweglichkeitstest \* kleine Behandlungen \* Infostände ...und vieles mehr

