

Fitness-Studios im Blick

„Freie Presse“ gibt Überblick über die Angebotspalette im Erzgebirgskreis

Die „Freie Presse“ macht ihre Leser „Fit im Frühling“. Neben einem vierwöchigen Ernährungsprogramm auf der Ratgeberseite gibt es auch Trainingspläne für verschiedene Sportarten. Heute geht es rund um das Thema Fitness-Studios.

Annaberg-Buchholz. Sechs Millionen Deutsche, so heißt es, trainieren regelmäßig in Fitness-Studios. Wir stellen auf dieser Seite die Einrichtungen im Erzgebirgskreis vor. „Freie Presse“ hat sich für ihre Leser erkundigt: Denn nicht nur Öff-

nungszeiten und Preise sind für die Besucher interessant. Ob man sich



für ein Fitness-Center entscheidet, das hängt oft auch davon ab, dass es ausreichend Parkplätze gibt. Soll es ein kostenloses Probetraining sein, ehe man sich bindet? – Die Lokalredaktion hat auch nach Schnupper-

angeboten gefragt. Viele Studio-Besucher legen Wert auf Service. „Freie Presse“ fragte deshalb die Zahl der Trainer ebenso nach wie Kinderbetreuung. Medizinische Angebote – von Rückenkursen, über Massage bis hin zum Herzkreislauftraining – sind weitere Parameter. Hinzu kommen Aussagen zu Sauna, Solarium und Verpflegung.

Auf der heutigen Ratgeberseite finden Sie, liebe Leser, zudem eine Checkliste, woran Sie denken sollten. Und auch im Onlineangebot sind alle Studios der Region zu finden. (DB/grit/ddp) –Seite Ratgeber
www.freiepresse.de/fit



Wirbelsäulengymnastik in einem Fitness-Studio. So wir hier mühen sich deutschlandweit sechs Millionen Deutsche um ihre Fitness.
 –FOTO: SIEGFRIED SPERL/DDP

Name und Anschrift	Öffnungszeiten Fi = Feiertag	Parkplätze	Anzahl Trainer	Kinderbetreuung	Freihantelbereich	Kardiobereich	Kraftbereich	Ausdauerbereich	Sauna	Solarium	Separate Zonen	kostenl. Probetraining	medizinische Angebote	Verpflegung/Getränke	Preise	Bemerkungen
Fitness World Aue Oststraße 29, 08280 Aue Telefon: 03771-552777 e-Mail: info@fitnessworld-aue.de Internet: www.fitnessworld-aue.de	Mo, Di, Mi, Fr 9-22 Do 12-22 Sa 10-15 So 12-17	40	9	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Physiotherapie, Rückenschule, Gesund abnehmen ohne Diät, Herz- und Kreislauftraining, Yoga	ja	pro Woche ab 4,99 €	
Harmonique Fitnessstudio Aue Prof.-Richard-Beck-Str. 4, 08280 Aue Telefon: 03771-565614 e-Mail: harmonique2007@gmx.net Internet: www.harmonique-aue.de	Mo-Do 8-22 Fr 8-21 Sa 12-18 So 9-15	12	4	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ab Juni	ja	ja	Physiotherapie, Rehasport	ja	12 Monate Mitgliedschaft pro Monat 45,50 € Schülertarif 35,50 €	im Sommer Outdoor, Nordic Walking, Laufgruppen, Fahrradgruppen
fit u.p. Schneeberg Drachenkopf 17, 08289 Schneeberg Telefon: 03772-22628 e-Mail: fit_up@web.de Internet: www.fit-up-schneeberg.de	Mo, Mi, Fr 10-22 Di, Do 14-22 Sa 10-16 So 10-13	30	3	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	therapeutische Massagen, Präventionskurse nach § 20, Rehasport: Osteoporose, Diabetes, Asthma und Lunge, Depressiva	ja	pro Monat Pressekarte ab 29,90 € 12 Monate Getränke gratis	ärztliche Eingangsuntersuchung durch eigenen Arzt (Pflicht), Abnehm- und Rückenkonzept, angegliederter Verein für Rehasport, Kindersportgruppen
Sportpark Filzteich Schneeberg Am Filzteich 1, 08289 Schneeberg Telefon: 03772-23087 e-Mail: andrea.rockstroh@sportpark-filzteich.de Internet: www.sportpark-filzteich.de	Mo, Mi, Do, Fr 9.30-22.30 Di 15-22.30 Sa 14-20 So 10-12.30/ 16-20	40	8	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Wirbelsäulengymnastik, Massagen	ja	pro Woche ab 9,99 €	Tennis, Squash, Badminton, Tischtennis, Volleyball, Beachvolleyball
Gesundheits- & Fitnessclub Apollo Löbnitz Wiesenstraße 1, 08294 Löbnitz Telefon: 03771-32001 e-Mail: fitnessapollo@web.de Internet: www.fitnessapollo.de	Mo, Mi, Fr 8-21 Di 9-22 Do 14-22 Sa 10-14 So 14-17	12	4	ja	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	Rehasport nach § 44, Rückenschule, Herzkreislaufkurs, Nordic Walking nach § 20	ja	pro Monat Pressekarte ab 36,99 € 50% auf Startpaket 1 Monat gratis bei Jahresmitgliedsch.	gesundheitsorientierte Anlage mit familiärem Charakter, Schwerpunkte: Abnehmen, Rücken, Herzkreislauf, Reha-Sport
Reef Paloo fitnessgarden GmbH Grünhainer Str. 14, 08340 Schwarzenberg Telefon: 03774-72234 e-Mail: reefpaloo@web.de Internet: www.reefpaloo.de	Mo, Mi, Fr 10-22 Di, Do 9-22 Sa 10-16 So 10-13	50	3	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	physiotherapeutisches Training, Rehabilitations-sport auf Rezept	ja	bei 12 Monaten Laufzeit pro Monat 29,90 € bei 24 Monaten Laufzeit pro Monat 24,90 €	Präventionskurse nach § 20 SGB V, Gesundheitskurse
Relax-Aerobicstudio Schwarzenberg Anton-Günther-Str. 1, 08340 Schwarzenberg Telefon: 03774-25907 e-Mail: info@relax-mueller.de Internet: www.relax-mueller.de	Mo-Fr 7.30-22 Wochenend-Aktionen	40	3	nein	nein	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja	Physiotherapie, Rehasport, Osteopathie, Wirbelsäulengymnastik, Gymnastik, Yoga, Beckenbodentraining, Gesundheitsschule	ja	pro Monat Tageskarte 31,-/38,-/44,- € 11,- €	
Ladyline Stollberg Herrenstraße 25, 09366 Stollberg Telefon: 037296-928896 e-Mail: info@lady-line.de Internet: www.lady-line.de	Mo, Mi 9-11/16-20 Di, Do 16-20 Fr 9-12/16-20	12	3	Spiel- ecke	nein	nein	ja	nein	nein	nein	ja	ja	Rückenschule, Entspannungskurse	nein	Schnuppertraining 14 Tage 19,- €	reines Frauenstudio, Pilates, Power-Yoga, Bauch-Beine-Po
Fitnessstudio Altes Energiewerk Oelsnitz Bahnhofstraße 57, 09376 Oelsnitz Telefon: 037298-30887 e-Mail: info@altes-energiewerk.de Internet: www.altes-energiewerk.de	Mo-Fr 8.30-22 Sa, So 10-16	60	2	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Rehasport, Krankenkassenkurse	ja	pro Woche 9,95 €	ganzheitliches Gesundheitstraining für jedes Alter, Abnehmen und Rücken-train-ing, therapeutischer Gerätezirkel mit „sanften“ Widerständen
Frauenfigurstudio Lafita Oelsnitz Dr.-Otto-Nuschke-Straße 5, 09376 Oelsnitz Telefon: 037298-173479 e-Mail: info@lafita.de Internet: www.lafita.de	Mo-Fr 8.30-12.30/ 16-21	20	2	nein	nein	nein	ja	nein	nein	nein	ja	ja	keine	nein	pro Woche ab 5,95 €	reines Frauenstudio, Training für Figur und lästige Pfunde
Gesundheits und Fitnessstudio Relax Untere Hauptstraße 9, 09380 Thalheim Telefon: 03721-268504 e-Mail: Alex@relax-gesundheitsstudio.de Internet: www.relax-gesundheitsstudio.de	Mo, Mi, Fr 9.30-21.30 Di, Do 9.30-13/ 15-21.30 Sa 10-16.30 So 13-16	20	2	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Rückenschule, Krankenkassenkurse	ja	pro Monat 21,50-36,50 €	Muay Thai (Kampfsport aus China), Boxen, Kickboxen
Sportpark Thalheim Berghausweg 5, 09380 Thalheim Telefon: 03721-269394 e-Mail: mail@thalheimer-sportpark.de Internet: www.thalheimer-sportpark.de	Mo-Fr 9-22 Sa, So 10-16	60	4	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Präventionskurse	ja	pro Monat ab 25,- €	Senioren willkommen, ermäßigter Eintritt für Mitglieder im Erzgebirgsbad, Tennis, Badminton, Kegeln
RELAX Sport und Gesundheit Lugau Untere Hauptstraße 10, 09385 Lugau Telefon: 037295-67216 e-Mail: mike@relax-lugau.de Internet: www.relax-lugau.de	Mo-Mi, Fr 9.30-22 Do 15-22 Sa 9.30-17 So 14-17	60	5	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Rehabilitationssport, Rückenschule, Herz-Kreislaufkurse, Entspannungskurse	ja	pro Monat 59,- €/Woche	
Body Relax & Style, Fitness- und Wellness Waldkirchener Straße 13 b, 09405 Zschopau Telefon: 03725-22626 e-Mail: sportstudiozp@aol.com	Mo, Mi, Fr 8-22 Di, Do 10-22 Sa 10-15 So 13-16	11	3	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	Rehabilitationssport für Stütz- und Bewegungs-apparat, Rückenschule, Nordic Walking	ja	pro Monat ab 29,90 €	Ernährungsberatung, Massagen, studiointerne Events
n-fit Studio für gesunde Bewegung Rudolf-Breitscheid-Str. 6, 09405 Zschopau Telefon: 03725-344126 e-Mail: info@nfit.de Internet: www.nfit.de	Mo-Fr 8-18		1	nein	nein	ja	nein	nein	nein	nein	ja	ja	Rückenschule, Autogenes Training	ja	pro Kurs (10 Wochen) 75,- €	Muskel-fit (ganzheitliches Muskel-aufbautraining), Step-Aerobic- Rücken-fit, Fit im Alter, Entspannt & fit
KURA VITAL Thum Stollberger Straße 33, 09419 Thum Telefon: 037297-769920 e-Mail: info@kuravital.de Internet: www.kuravital.de	Mo, Mi, Do 10-12 Di, Fr 15-22 Sa 10-16	30	3	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Massagen, Rückenschule, Herz-Kreislauf-Training	ja	pro Monat ab 13,99 €	
INJOY Annaberg Karlsplatz 2, 09456 Annaberg-Buchholz Telefon: 03733-22823 e-Mail: info@injoy-annaberg.de Internet: www.injoy-annaberg.de	Mo, Mi, Do 10-22 Di, Fr 8-22 Sa, So 10-15	7	6	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Rückenschule, Massagen, Herz-Kreislauf-Training	ja	pro Monat ab 13,99 €	Injoy Club steht unter ständiger Qualitätskontrolle
KURA VITAL ladyline Annaberg-Buchholz Buchholzer Str. 14, 09456 Annaberg-Buchholz Telefon: 03733-44204 e-Mail: info@kuravital.de Internet: www.kuravital.de	Mo-Do 8-12.30/ 15-21 Fr 15-21	7	3	ja	nein	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	Massagen, Rückenschule	ja	pro Monat ab 13,99 €	reines Frauenstudio
Studio 24 Die Fitnesswelt Annaberg-B. Gewerbering 16, 09456 Annaberg-Buchholz Telefon: 03733-556354 e-Mail: info@body-and-fitness.com Internet: www.body-and-fitness.com	Mo-Fr 10-22 Sa 10-18	>100	4	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Sportrehabilitation und -prävention, Physiotherapie, Rückenschule, Massagen, Kurse	ja	pro Monat ab 24,95 €	Training und Sport in großer luftiger Halle, familiäre Atmosphäre
Fitness-Studio club aktiv Marienberg Am Abrahamschacht 1c, 09496 Marienberg Telefon: 03735-63670 e-Mail: info@der-club-aktiv.de Internet: www.der-club-aktiv.de	Mo, Fr 9-22 Mi 7-22 Di, Do 14-22 Sa 13-17 So 10-16	60	3	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Physiotherapie im Haus, Sportrehabilitative Programme (Wirbelsäule, Hüfte, Knie), Reha-Sport, Nordic Walking	ja	pro Woche ab 7,45 €	eigenständiges Figurprogramm, Ernährungsberatung, separater Trainingsraum nur für Frauen, Abnehm-programme, Stabilisierungsprogramme für Wirbelsäule, Herz-Kreislauf-Training
All In Fitness- & Gesundheitsoase Dörfelstraße 14, 09526 Olbernhau Telefon: 037360-79440 e-Mail: office@all-in-fitness.de Internet: www.all-in-fitness.de	Mo, Mi 8-21.30 Di, Do, Fr 9-21.30 Sa 9-16 So zu Aktionszeiten	k.A.*	k.A.*	k.A.*	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja	nein	keine Angabe	k.A.*	keine Angabe	Hauptausrichtung dauerhafte Gesundheit, Wing Tsun, Tischtennisplätze
Liviland Fitness- und Tanzinsel Marienberg Am Goldkindstein 14, 09496 Marienberg Telefon: 03735-660111 e-Mail: olivia.seiler@liviland.de Internet: www.liviland.de	Mo-Fr 8.30-22	10	1	nein	nein	nein	nein	nein	nein	ja	ja	ja	„Starthilfe Plus“ mit AOK, Beckenboden, Funktions-gymnastik, Sensomotorik	ja	verschiedene Karten z.B. 10er-Karte 33,- bis 44,- € Familienrabatte u.a.	fachliche Beratung und Betreuung, Bewegung für Klein und Groß, Aerobic, Step

*KEINE ANGABE / QUELLE: FITNESSSTUDIOS / DIE TABELLE ERHEBT KEINEN ANSPRUCH AUF VOLLSTÄNDIGKEIT / ANGABEN OHNE GEWÄHR / FREIE PRESSE – ARIANE BÜHNER-STROH