

## „Freie Presse“ geht in die Fitness-Studios

### Frühjahrsaktion: Die Angebote in Chemnitz und Umland

Die „Freie Presse“ macht ihre Leser für vier Wochen „Fit im Frühling“. Heute geht es rund ums Thema Fitness-Studios.

#### Chemnitz/Chemnitzer Umland.

Sechs Millionen Deutsche, so heißt es, trainieren regelmäßig in Fitness-Studios. Wir stellen auf dieser Seite die Einrichtungen in Chemnitz samt Umgebung vor. „Freie Presse“ hat sich für ihre Leser erkundigt: Denn nicht nur Öffnungszeiten und Preise sind für die Besucher interessant. Ob man sich für ein Fitness-Center entscheidet, das hängt oft auch davon ab, dass es in der Nähe ausreichend Parkplätze gibt.

Soll es ein kostenloses Probetraining sein, ehe man sich bindet? Die Lokalredaktion hat auch nach Schnupperangeboten gefragt. Damit nicht genug. Viele Studio-Besucher legen Wert auf Service. „Freie

Presse“ fragte deshalb zum Beispiel nach der Zahl der Trainer. Medizinische Angebote – von Rückenkursen, über Massage bis hin zum Herzkreislauftraining – sind weitere Parameter. Hinzu kommen Informati-



onen zu Sauna, Solarium und Verpflegung.

Auf der heutigen Ratgeberseite der „Freien Presse“ finden Sie, liebe Leser, zudem eine Checkliste, woran Sie denken sollten. Und auch im Onlineangebot der „Freien Presse“ sind alle Studios der Region zu finden. (grit/DB/ddp) —Seite Ratgeber

[www.freiepresse.de/fit](http://www.freiepresse.de/fit)



Die Wirbelsäulengymnastik im Fitnessstudio stärkt den Rücken.

—FOTO: SIEGFRIED SPERL (DDP)

Name und Anschrift	Öffnungszeiten F1 = Feiertag	Parkplätze	Anzahl Trainer	Kinderbetreuung	Freihantelbereich	Kardiobereich	Kraftbereich	Ausdauerbereich	Sauna	Solarium	separate Zonen	kostenl. Probetraining	medizinische Angebote	Verpflegung/Getränke	Preise	Bemerkungen
Kieser Training Chemnitz Am Rathaus 4, 09111 Chemnitz Telefon: 0371-6949292 e-Mail: chemnitz1@kieser-training.com Internet: www.kieser-training.com	Mo-Fr 7.30-21.30 Sa, So, FT 9-18	140	15	nein	nein	nein	ja	nein	nein	nein	ja	ja	angeglied. „aktiv punkt“ des KULT e.V., PMR nach Jacobson, Rückenschule, Pilates, Beckenboden, Nordic Walking	ja	pro Monat ab 33,- €	Spezialanbieter für präventive und therapeutische Muskelkräftigung mit integrierter ärztlicher Praxis, ärztliche Trainingsberatung inklusive
Paramount Fitness & Wellness Chemnitz Reichsstraße 58-60, 09112 Chemnitz Telefon: 0371-312005 e-Mail: info@paramount-sport.de Internet: www.paramount-sport.de	Mo, Di 9-23 Mi, Do, Fr 9-22 Sa, So, FT 10-17	500	5	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Physiotherapie für Privatpatienten, Rückenkurse	ja	pro Monat 39,90 €	
FLEXX Damen Fitness Chemnitz Schönherrstraße 8, 09113 Chemnitz Telefon: 0371-4640650 e-Mail: INFO@FLEXX.de Internet: www.flexx.de	Mo, Fr 9-22 Di 8-22, Mi 16-22 Do 9-13/16-22 Sa 9-14 So 14-18	30	6	ja	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Rehasport, Rückenschule, Nordic Walking, lizenzierte Kurse von Les Mills, Spezialangebot „Rücken Aktiv Zentrum“	ja	pro Monat ab 42,- € Punktekarten für individuelles Training ohne Mitgliedschaft	reines Frauenstudio, Kooperation mit größtem sächsischen Rehasportverein
Lady Fitness Studio Chemnitz Blankenauer Straße 39-41, 09113 Chemnitz Telefon: 0371-4640165 e-Mail: ladyfitness-chemnitz@freenet.de Internet: www.ladyfitness-chemnitz.de	Mo, Di, Do, Fr 9-21.30 Mi 8-20.30 Sa 9-15	60	9	nein	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Massagen, Wirbelsäulengymnastik, Bewegung, Entspannung, Ernährung	nein	pro Monat 39,99 €	reines Frauenstudio, Abnehmspezialist, Kindertanz
Sport & Therapie Zentrum Chemnitz Str. der Nationen 99-101, 09111 Chemnitz Telefon: 0371-9187585 e-Mail: info@gesundheitscenter-chemnitz.de Internet: www.gesundheitscenter-chemnitz.de	Mo-Fr 9-22 Sa 10-15	30	3	nein	nein	ja	ja	nein	nein	nein	ja	ja	Physiotherapie, Rückenschule, Massagen	ja	pro Monat ab 24,95 €	
Fitness Chemnitz Family Chemnitz Erzberger Straße 2, 09116 Chemnitz Telefon: 0371-304392 e-Mail: family@web.de Internet: www.fitnesscenterfamily.de	Mo-Mi, Fr 9-22 Do 14-22 Sa 10-14 So 10-16	20	6	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	Physiotherapie, Rückenschule, Massagen	ja	pro Monat 34,90-48,90 €	Squash-Curts, Slim-Belly (Fettabbau), Nordic Walking-Kurs
FitBox 17 Chemnitz Bruno-Salzer-Straße 20, 09120 Chemnitz Telefon: 0371-3471940 e-Mail: info@fitbox17.de Internet: www.fitbox17.de	Mo-So+FT 6-23	25	3	nein	ja	ja	ja	ja	nein	nein	ja	ja	Rückenschule, Maßnahmen über § 43 44 SGB, Rehabilitations-sport	ja	pro Monat 21,90 €/Jahresvertrag	individuelles Training an 17 Stunden täglich
Paramount Sport Chemnitz Wladimir-Sagorski-Str. 20, 09122 Chemnitz Telefon: 0371-2803727, 0172-9313382 e-Mail: info@paramount-sport.de Internet: www.paramount-sport.de	Mo-Fr 8-23 Sa, So 9-18	1300	10	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein		ja	pro Monat 19,90 €/Jahresvertrag	
Fitnessclub Linie Eins Chemnitz Senefelderstraße 7, 09126 Chemnitz Telefon: 0371-514736 e-Mail: fitness-chemnitz@t-online.de Internet: www.linie-eins.com	Mo, Mi 10-22 Di, Do 14-22 Fr 10-21 Sa 13-16 So 10-13	25	6	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	nein	nein	medizinische Massagen, Rehasport	nein	pro Monat ab 39,- €	Metabolic Balance-Berater, medizinisches Abnehmkonzept mit Lizenzschutz
FLEXX Fitness Studio Chemnitz Rosenplatz 1a, 09126 Chemnitz Telefon: 0371-55611 e-Mail: INFO@FLEXX.de Internet: www.flexx.de	Mo, Di, Fr 9-23 Mi 8-23 Do 16-23, Fr 16-22 Sa 9-13/16-20 So 9-16	20	6	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Physiotherapie, Rückenschule, Nordic Walking	ja	pro Monat Punktekarten ohne Mitgliedschaft je Training 6,- €	Kooperation mit größtem sächsischen Rehasportverein, Spezialangebot „Rücken Aktiv Zentrum“
Mrs. Sporty Chemnitz Carl-v.-Ossietzky-Str. 153, 09127 Chemnitz Telefon: 0371-9188984 e-Mail: simone.mueller@genion.de Internet: www.mrssporty.de	Mo, Mi 9-12/14-20 Di 9-12/14-18 Do 9-12/15-18 Fr 9-12/13-19 Sa 9-13	50	2	ja	nein	nein	ja	ja	nein	nein	ja	ja	Rücken-Fit	ja	pro Monat 34,- bis 40,- €	reines Frauenstudio
Energy Fitness Chemnitz Fürstenstraße 261-265, 09130 Chemnitz Telefon: 0371-7257777 e-Mail: info@energyfitness.de Internet: www.energyfitness.de	Mo-Fr 8-22 Sa, FT 9-16 So 9-19	90	5	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Präventions-Rückenschul-kurse, Präventions-Nordic-Walking-Kurse, Betreuung durch einen Sportarzt	ja	1 Mon. Mitgliedsch. 69,90 € 6 Mon. Mitgliedsch. 59,90/Mon. 12 Mon. Mitgliedsch. 49,90/Mon. 24 Mon. Mitgliedsch. 44,90/Mon.	kompetentes Mitarbeiterteam
Fitness Welt Burgstädt Teichstraße 5, 09217 Burgstädt Telefon: 03724-854095 e-Mail: aufbali@gmx.de Internet: www.fitness-burgstaedt.de	Mo 9-22 Di 9.30-22 Mi, Fr 11-22 Do 10-22 Sa 13-17, So 10-14	50	3	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Rückenschule	ja	pro Monat 25,- bis 35,- €	Beach-Ballplatz für Interessenten von Beach-Volleyball, Beach-Minton (Federball), Beach-Fußball
Paramount Sport Burgstädt Mittweidaer Straße 19B, 09217 Burgstädt Telefon: 03724-669499 e-Mail: info@fitness-paramount-sport.de Internet: www.fitness-paramount-sport.de	Mo-Fr 9-22 Sa, So, FT 10-16	60	3	nein	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja	Rückenschule	ja	pro Monat 19,90 € (24 Monate) pro Monat 27,40 € (12 Monate)	verschiedene Events, Betreuung von Schulklassen, Highland-Games, Studio: Kraft-4-Kampf, Teilnahme an Laufevents
Multi-Fitness Hartmannsdorf Obere Hauptstr. 7, 09232 Hartmannsdorf Telefon: 03722-816992	Mo-Fr 9-21 Sa 11-15	>50	2	nein	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Rückenschule, Pilates, Massagen	ja	pro Monat 25,- bis 35,- €	
Gesundheitszentrum proagil Lichtenau Querweg 1, 09244 Lichtenau Telefon: 037208-8880 e-Mail: lichtenau@proagil.de Internet: www.proagil.de	Mo, Mi, Fr 9-22 Di 12-22 Do 7-22 Sa, So 10-17	60	6	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	zahlreiche Präventions-kurse, Rehabilitations-sport, Rückenschule, Zeptoring (Vibrations-training)	ja	pro Monat ab 39,90 €	indiv. Trainingspläne, die angepasst werden, hochw. Medizintechnik, u.a. Wirbelsäulenscreening, Gleichgewichts-koodinator, Kraftmessgerät, Firmenfitness-angebote, Massagen am Arbeitsplatz
Fitness World Röhrsdorf Querstr. 12, 09247 Chemnitz OT Röhrsdorf Telefon: 03722-504930 e-Mail: fitnessworld-roehrsdorf@t-online.de Internet: www.fitnessworld-roehrsdorf.de	Mo-Fr 8-22 Sa, So 10-18	52	9	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja	Rückenschule, Herzkreislauftraining, Yoga und Dr. Wolf-Kreisstraining	ja	pro Woche Tageskarte, Monatskarte oder Vertrag 3 und 24 Monate	integrierte Zusatzangebote: Abnehm-treff, Yogazentrum, Gewebestraffung, großer Kursraum mit Schwimmparkett