

Öffnungszeiten des vereinseigenen PSV Fitnessstudios



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08.30 – 13.00 Uhr*	08.30 – 12.00 Uhr	08.30 – 13.00 Uhr	08.30 – 13.00 Uhr*	08.30 – 12.00 Uhr		
	09.30 - 9.50 Uhr Aufwärmen		09.30 - 09.50 Uhr Aufwärmen	09.30 - 09.50 Uhr Aufwärmen	09.00 – 13.30 Uhr	10.00 – 12.30 Uhr
11.00 - 11.20 Uhr Aufwärmen			11.00 - 11.20 Uhr Aufwärmen			
15.30 – 21.30 Uhr	15.30 – 20.00 Uhr		15.30 – 21.30 Uhr	16.30 – 20.00 Uhr		
	17.00 - 17.20 Uhr Aufwärmen	17.00 – 21.30 Uhr		16.30 - 16.50 Uhr Aufwärmen		
	18.30 - 18.50 Uhr Aufwärmen	18.30 - 18.50 Uhr Aufwärmen		Neu: Offenes Training ab 17 Uhr		

Zusatzangebot des PSV für das Training im Studio: „Gemeinsames Aufwärmtraining“

In den Zeiten des gemeinsamen Aufwärmtrainings (Dauer ca. 20 Minuten, Zeiten siehe oben) ist nur ein eingeschränktes offenes Training im Cardioraum möglich.

* Montag (10.30-13.00 Uhr) und Donnerstag (09.30-13.00 Uhr) u.a. Training für Teilnehmer mit gesundheitlichen Einschränkungen

Öffnungszeiten des vereinseigenen PSV Fitnessstudios



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08.30 – 13.00 Uhr*	08.30 – 12.00 Uhr	08.30 – 13.00 Uhr	08.30 – 13.00 Uhr*	08.30 – 12.00 Uhr		
	09.30 - 09.50 Uhr Aufwärmen		09.30 - 09.50 Uhr Aufwärmen	09.30 - 09.50 Uhr Aufwärmen		
11.00 - 11.20 Uhr Aufwärmen			11.00 - 11.20 Uhr Aufwärmen		09.00 – 13.30 Uhr	10.00 – 12.30 Uhr
15.30 – 21.30 Uhr	15.30 – 20.00 Uhr		15.30 – 21.30 Uhr	16.30 – 20.00 Uhr		
	17.00 - 17.20 Uhr Aufwärmen	17.00 – 21.30 Uhr		16.30 - 16.50 Uhr Aufwärmen		
	18.30 - 18.50 Uhr Aufwärmen	18.30 - 18.50 Uhr Aufwärmen		Neu: Offenes Training ab 17 Uhr		



Zusatzangebot des PSV für das Training im Studio: „Gemeinsames Aufwärmtraining“

In den Zeiten des gemeinsamen Aufwärmtrainings (Dauer ca. 20 Minuten, Zeiten siehe oben) ist nur ein eingeschränktes offenes Training im Cardioraum möglich.

* Montag (10.30-13.00 Uhr) und Donnerstag (09.30-13.00 Uhr) u.a. Training für Teilnehmer mit gesundheitlichen Einschränkungen

Studiotraining beim PSV Wengerohr

Beiträge / Monat

Erwachsene	13,00 €
Kinder & Jugendliche	9,00 €
Schüler, Studenten & Azubis über 18 Jahre (mit Nachweis)	9,00 €
Rentner	10,00€
Menschen mit Schwerbehinderung (ab 50% GdB und Nachweis)	10,00 €
Familien	26,00 €
Zusatzgebühr Studio	9,00 € Erwachsene 6,00 € Jugendliche unter 18 Jahren

Studioregelung

- Neue Interessenten bzw. auch gerne langjährige Mitglieder erhalten mind. 4 – 5 Termine zur fachlichen Einweisung in das Gerätetraining sowie auch in die Ablauforganisation (möglichst immer bei dem gleichen Fachtrainer).
- **Probetraining nur nach Anmeldung möglich.** Vorherige Anmeldung per Mail an claudia.puetz@polizeisportverein.de. Kostenfreies Training generell 4 Wochen.
- Training ab 16 Jahren (in Ausnahmefällen mit ärztlichem Attest und in Begleitung eines Erziehungsberechtigten auch ab 15 Jahren möglich).
- Aus hygienischen Gründen Reinigung unbedingt nach dem Training auf den Geräten von jedem Nutzer selbst. Ein Handtuch sollte trotzdem selbstverständlich als Unterlage genutzt werden
- keine Nutzung des Studios mit Straßenschuhen, saubere Indoorschuhe setzen wir voraus
- in den Aufwärmzeiten kann nur nach Absprache mit dem Trainer im großen Raum trainiert werden
- den Sicherheitsanweisungen bzw. auch den Vorgaben der Studioaufsicht und dem Fachpersonal ist Folge zu leisten. Bei Fragen stehen diese jederzeit vor Ort zur Verfügung.

Bei Eintritt wird eine einmalige Aufnahmegebühr von 10€ fällig.



Studiotraining beim PSV Wengerohr

Beiträge / Monat

Studioregelung

Erwachsene	13,00 €
Kinder & Jugendliche	9,00 €
Schüler, Studenten & Azubis über 18 Jahre (mit Nachweis)	9,00 €
Rentner	10,00€
Menschen mit Schwerbehinderung (ab 50% GdB und Nachweis)	10,00 €
Familien	26,00 €
Zusatzgebühr Studio	9,00 € Erwachsene 6,00 € Jugendliche unter 18 Jahren

- Neue Interessenten bzw. auch gerne langjährige Mitglieder erhalten mind. 4 – 5 Termine zur fachlichen Einweisung in das Gerätetraining sowie auch in die Ablauforganisation (möglichst immer bei dem gleichen Fachtrainer).
- **Probetraining nur nach Anmeldung möglich.** Vorherige Anmeldung per Mail an claudia.puetz@polizeisportverein.de. Kostenfreies Training generell 4 Wochen.
- Training ab 16 Jahren (in Ausnahmefällen mit ärztlichem Attest und in Begleitung eines Erziehungsberechtigten auch ab 15 Jahren möglich).
- Aus hygienischen Gründen Reinigung unbedingt nach dem Training auf den Geräten von jedem Nutzer selbst. Ein Handtuch sollte trotzdem selbstverständlich als Unterlage genutzt werden.
- keine Nutzung des Studios mit Straßenschuhen, saubere Indoorschuhe setzen wir voraus
- in den Aufwärmzeiten kann nur nach Absprache mit dem Trainer im großen Raum trainiert werden
- den Sicherheitsanweisungen bzw. auch den Vorgaben der Studioaufsicht und dem Fachpersonal ist Folge zu leisten. Bei Fragen stehen diese jederzeit vor Ort zur Verfügung

Bei Eintritt wird eine einmalige Aufnahmegebühr von 10€ fällig.

