

Angebote



Entspannung finden Sie im Wellnessbereich in der Sauna und im Dampfbad. Oder trimmen Sie sich fit und nutzen das nach dem neusten Wissensstand ausgestattete Fitnesscenter für Ihr persönliches Wohlbefinden. Ihre Kinder können währenddessen vom kinderfreundlichen Angebot mit Innen- und Aussenspielplatz sowie einem betreuten Kinderhort profitieren. Das Fitness-Angebot bietet für die ganze Familie etwas. Damit wird das Freizeitzentrum Schlossfeld definitiv zu dem Treffpunkt in der Freizeit. Das grossartige Angebot lässt das Herz aller Fitnessfans höher schlagen und wird auf ideale Weise durch das gastronomische Angebot ergänzt.

Moderne Minigolfanlage
das ganze Jahr geöffnet
(ausser bei Schnee)

Sonnterrasse, welche
vom Frühling bis in den
Herbst zum Verweilen
einlädt.

Jeden Sonntag
im Schlossfeld, feines
«Buure Zmorge»
von 9.00 – 11.30 Uhr

Information und Reservation
unter Telefon 041 970 35 35
www.schlossfeld.ch

Öffnungszeiten Fitness und Wellness

Montag bis Freitag 8.00 bis 22.00 Uhr
Wochenende und Feiertage 8.00 bis 16.00 Uhr
Von Juni bis Ende August an Wochenenden
und Feiertagen von 8.00 bis 14.00 Uhr geöffnet

Kinderhort

Dienstag, Donnerstag,
Freitag 9.00 bis 11.00 Uhr
Montag und Mittwoch 8.30 bis 11.00 Uhr

Freizeitzentrum Schlossfeld AG

Schlossfeld
6130 Willisau

Telefon 041 970 37 14
Fax 041 970 45 35

fitness@schlossfeld.ch
www.schlossfeld.ch

Kursprogramm und Preisliste

Gültig ab 3. Januar bis Herbst/Winter 2017
(Während den Sommerferien gibt es ein spezielles
Sommer Kursangebot)

In der Übergangszeit kurz vor dem Schliessungstermin
des Schlossfeld Fitness und der Eröffnung des
ONE Training Center sind Programmänderungen
vorbehalten.

www.schlossfeld.ch

Das Zentrum für Ihre Freizeit – persönlich, kompetent und freundlich.

Kurs Programm



vom 3. Januar bis zum Herbst/Winter 2017

Freizeitzentrum Schlossfeld ■ 6130 Willisau ■ Tel 041 970 37 14 ■ info@schlossfeld.ch

Tag	Zeit	Lektion		Dauer	Level	Instruktor
Montag						
	08.30	Bodyforming / Pilates	☺	55 Min.	Alle	Silvana
	18.30	Power Aerobic		55 Min.	Alle	Megi
	19.30	BODYPUMP		55 Min.	Alle	Megi
Dienstag						
	09.00	Aroha / Pilates	☺	55 Min.	Alle	Ruth
	19.00	Aerotoning		55 Min.	Alle	Milena
	20.00	Pilates		55 Min.	Alle	Ruth
Mittwoch						
	08.30	Zumba	☺	55 Min.	Alle	Mirjam
	09.30	Zumba Gold	☺	55 Min.	Alle	Mirjam
	18.00	Bodyforming		55 Min.	Alle	Ursula
	19.00	BODYPUMP		55 Min.	Alle	Ursula
	20.00	Power Core		30 Min.	Alle	Silvana
Donnerstag						
	09.00	BODYPUMP	☺	55 Min.	Alle	Megi
	19.15	Tae Bo		55 Min.	Alle	Sara
	20.15	Zumba		55 Min.	Alle	Isabell
Freitag						
	09.00	Yoga	☺	55 Min.	Alle	Cornelia
Samstag						
	09.30	BODYPUMP		55 Min.	Alle	Ursula

Kurzerklärung		
Aerotoning	aktivierung des Stoffwechsels durch Aerobic & Kraftübungen	
Power Aerobic	Schrittkombinationen mit Krafelementen	
Tae Bo	Kombination von Kraft und Ausdauer mit Kampfkunst	
BODYPUMP	Gelenkschonendes Gruppentraining mit Langhanteln	
Pilates	Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Tiefenmuskulatur	
Aroha/Pilates	Tanz-Workout zur Stärkung des Herzkreislaufsystems	
Power Core	schnelles, effizientes Rumpf-Work out	

Informationen
 Die Kurse werden ab fünf Personen durchgeführt.
 Programmänderungen vorbehalten.
 ☺ Betreuer Kinderhort für die Kinder der Kursteilnehmer/innen

Preise



03. Januar bis Schliessung FZW Fitness im Herbst/Winter 2017

Einzeleintritte	8 bis 22 Uhr inkl. Wochenende Feiertage	8 bis 17 Uhr	Spezialpreis* für Vollzeit-Studierende
	Fitness und Wellness	Fr. 25.50	Fr. 19.50
Fitness oder Kurs/Wellness	Fr. 20.-/14.-	Fr. 17.-/12.-	Fr. 14.-/10.-
PowerPlate	Fr. 20.-	Fr. 17.-	

Abonnemente	8 bis 22 Uhr Training immer möglich	
	Smaragd-Abo = ALL-IN-ONE-Abo Fitness, Kurse, Wellness	12 Mt
Gold- Abo mit Fr. 150.- Zuschlag als ALL-IN-ONE-Abo	12 Mt	Fr. 890.-
PowerPlate Abo mit Fr. 150.- Zuschlag als ALL-IN-ONE-Abo	12 Mt	Fr. 890.-
Silber-Abo mit Fr. 350.- Zuschlag als ALL-IN-ONE-Abo	12 Mt	Fr. 690.-

Das Freizeitzentrum Schlossfeld Fitness Team berät Sie gerne. Sei es zum Beispiel bei einem zeitlich beschränkten Abo bis zum Wechsel ins ONE Training Center.

Massagen	Dauer	Preis	11er Abo	
	Helen Schmid 078 831 39 80	Ganz-Körper-Massage	55 min	Fr. 100.-
	Teilkörper-Massage	30 min	Fr. 55.-	Fr. 550.-