

# WELL



## Kursplan ab 8.1.24

Bülach

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09.00-09.50 <b>Zirkeltraining</b> <i>(Beweglichkeit&amp;Kraft &amp;Ausdauer)</i>	09.00-09.50 <b>Physio-MTT   GLAD</b> <i>(Trainingsbetreuung)</i>	06.30-07.20 <b>GoodMorning Workout</b> <i>(Kraft&amp;Beweglichkeit&amp;Ausdauer)</i>		08.00-08.50 <b>Zirkeltraining</b> <i>(Beweglichkeit&amp;Kraft &amp;Ausdauer)</i>	10.00-10.50 <b>Zirkeltraining</b> <i>(Beweglichkeit&amp;Kraft &amp;Ausdauer)</i>	
		08.30-09.20 <b>Zirkeltraining</b> <i>(Beweglichkeit&amp;Kraft &amp;Ausdauer)</i>		09.00-09.50 <b>Physio-MTT   GLAD</b> <i>(Trainingsbetreuung)</i>		

18.00-18.50 <b>Zirkeltraining</b>	17.30-18.20 <b>Physio-MTT</b> <i>(Trainingsbetreuung)</i>		17.30-18.20 <b>Krafttraining "Burn"</b>
	18.30-19.20 <b>Krafttraining "Burn"</b>	18.30-19.20 <b>Zirkeltraining</b>	18.30-19.20 <b>Physio-MTT   GLAD</b> <i>(Trainingsbetreuung)</i>

**IN** Indoor Kurse  
Bahnhofstrasse 3

### Online Live Kurse via Zoom

Alle Online Kurse via Zoom findest du im SportsNow App "Standort Glattfelden" Mit deinem WELL Abo kannst du an allen WELL Standorten trainieren (Bülach, Glattfelden und OutdoorGym im riverside)

### Kurse in Glattfelden und im OutdoorGym

Alle Kurse in Glattfelden findest du im SportsNow App "Standort Glattfelden". Mit deinem WELL Abo kannst du an allen WELL Standorten trainieren (Bülach, Glattfelden und OutdoorGym im riverside)

### WELL ABOs

**All inklusive unlimitiert | Jahresabo\***

CHF 1797.- (oder monatliche Ratenzahlungen CHF 157.00)

**Kursabo | Jahresabo unlimitiert**

CHF 1497.- (oder monatliche Ratenzahlungen CHF 133.00)

**Kursabos**

**10er**- CHF 227.- | **20er**- CHF 367.- | **50er**- CHF 747.-

**Jahresabo | Selbständiges Training In- & Outdoor\***

CHF 797.-

\* inkl. Fitness- und Trainings-Coaching Paket: Beinhaltet 4 IST-/Ziel-Gespräche, 4 InBody Messungen, 4 Trainingsplanerstellungen (12 Monate gültig)

Ebenfalls können alle Trainingsbetreuungsstunden (auch MTT) besucht werden.

In allen Abos ist der Zugang zur WELL Videothek inklusive

### Zeiten Selbständiges Training

(Indoor und Outdoor)

siehe «App SportsNow»

### WELL Glattfelden

Mit deinem WELL Abo kannst du sowohl in Glattfelden, im OutdoorGym sowie in Bülach trainieren.

**Gesundheits Zentrum**

Dorfstrasse 77 | 8192 Glattfelden

**Outdoor Gym**

Lettenstrasse 2 | 8192 Zweisimmen (riverside)

**Kurs Studio**

Staltigstrasse 35 | 8192 Glattfelden

**WELL Therapie & Training**

Bahnhofstrasse 3 | 8180 Bülach

+41 44 867 48 85 | info@well.swiss | www.well.swiss

# WELL