

migros-fitness.ch

Più di
130
posti diversi

Migros FitnessCard

Fitness e benessere in
abbondanza a prezzi
convenienti in tutta la
Svizzera

Centri fitness della Migros
Edizione Dicembre 2018

MIGROS
FITNESS



Migros FitnessCard:

Il vostro abbonamento della rete per una maggiore attività fisica e una salute migliore.

FITNESS  PARK
MIGROS

ACTIV
FITNESS

MFIT
gesund trainiert

FLOWERPOWER
FINEST FITNESS & WELLNESS

onlyfitness

one
training center

MIGROS
FITNESS  CENTER

Bernaqua
parc aquatique | fitness | wellness

säntispark

vitam
MIGROS

ELEMENTS
FITNESS UND WELLNESS



Acquistate Migros FitnessCard alla ricezione dell'impianto.

► **Tessera/abbonamento annuale: CHF 1'420.-**

- Ingresso ai centri fitness Migros della rete
- Piscine
- Saune
- Palestra forza e resistenza
- Corsi
- Allenamento a circuito
(utilizzo di attrezzi Milon, eGym o Gym80, ove disponibili)
- Spazio bambini
(ove presente e integrato nell'impianto)
- Hamam
(Fitnesspark Münstergasse, Zurigo; ELEMENTS Stoccarda;
escl. set hamam)

Esclusivo bagno romano-irlandese nei centri Sântispark e Bernaqua.
Esclusiva spa privata nei centri Sântispark, Bernaqua Spa, Vitam'Spa,
Glattpark e Winterthur

Altri servizi come massaggi, solarium, corsi speciali, articoli a noleggio ecc. sono disponibili a pagamento.

Tutti i titolari di Migros FitnessCard ricevono una tessera antimanomissione.
Esibendo Migros FitnessCard insieme a un documento d'identità si usufruisce
d'ell'ingresso gratuito ai corrispondenti centri fitness Migros della rete.

I titolari di Migros FitnessCard non hanno diritto al rimborso in caso di uscita di un
impianto dalla rete. Vale il regolamento interno o il regolamento d'uso adottato
dall'impianto frequentato, incluse tutte le esclusioni di responsabilità.

A seconda delle condizioni locali, la procedura applicata dagli impianti ELEMENTS
(Germania) e Vitam (Francia) può essere differente da quella applicata in Svizzera.



Migros FitnessCard è il vostro biglietto d'ingresso a tutti i centri fitness Migros che aderiscono alle rete.

Più di 130 posti diversi per una salute e un benessere maggiori. Nei nostri impianti vi offriamo una ricca varietà di attività fitness, benessere e corsi nello stesso luogo. Ma ogni impianto è anche unico nel suo genere.

Godetevi il benessere nei Fitnessparks, ad esempio dall'alto dei tetti di Lucerna, oppure rilassatevi e divertitevi nei mondi acquatici di Bernaqua, Vitam o nel Sântispark. Lasciatevi incantare dall'atmosfera orientale e sensuale degli Hamam.

Oppure allenatevi e rilassatevi nei centri ACTIV FITNESS, FlowerPower, ONE Training Center, Migros Fitnesscenter, MFIT, Only Fitness ed ELEMENTS.



- ▶ Potete allenarvi sia nel vostro luogo di residenza che nel luogo in cui vi recate per lavoro.
- ▶ Usufruite di una ricca varietà di attività fitness e benessere.
- ▶ Visitate le città e desiderate terminare l'escursione con un'esperienza wellness.
- ▶ Viaggiate per motivi di lavoro e non volete perdere il vostro allenamento regolare.



Fitness e benessere a volontà.

FITNESS  **PARK**
MIGROS

Vivere sani. Il giusto equilibrio tra allenamento attivo e allenamento passivo, tra recupero attivo e recupero passivo nel centro fitness Migros è la base per una vita sana e attiva e per una giusta armonia tra anima e corpo.

fitnesspark.ch

MIGROS
FITNESS  **CENTER**

Come il grande fratello «Fitnesspark», il centro fitness Migros unisce mobilità, distensione e alimentazione, offrendo svariate possibilità per migliorare il vostro benessere e la vostra percezione corporea.

migosfitnesscenter.ch

FLOWER POWER
FINEST FITNESS & WELLNESS

Power for your Life. Scoprite con FlowerPower la gioia di muovervi e fate di ogni vostra giornata un giorno di vacanza. FlowerPower è il marchio leader nel settore di fitness, rilassamento, alimentazione con eccellente servizio e consulenza.

flowerpower.ch

only **Fitness**

Mettersi o rimettersi in forma ... e per di più divertendosi! Questo è Only Fitness. La scelta di corsi di fitness e cyber-training è ampia, l'attrezzatura di prima classe e l'atmosfera stimolante. Oltrepassa i tuoi limiti!

onlyfitness.ch



activfitness.ch

In piena forma a tutta convenienza. Per essere completo, un allenamento fitness deve comprendere tre ambiti: forza, resistenza e agilità. Fedeli a questo principio di fondo, da ACTIV FITNESS potete trovare tutta l'offerta completa per ciò che riguarda il fitness.



one-training.ch

Fitness, group fitness, wellbeing e servizio di baby-sitting – un'offerta davvero completa. I soci vengono assistiti personalmente tramite una consulenza «ONE to ONE» personalizzata e permanente da istruttori di fitness formati al meglio.



mfit.ch

MFIT – allenarsi in salute. La disponibilità di attrezzi fitness di prim'ordine e la competente consulenza medica offerta da un team di esperti assicurano il raggiungimento del proprio obiettivo di allenamento in tempi molto brevi.

säntispark

saentispark-freizeit.ch

Otto scivoli d'acqua, un'atmosfera unica e fantastici effetti di suoni e luci per il parco acquatico più cool della Svizzera. Prova anche il bagno d'acqua salina, l'area esterna, la piscina con le onde o le nuove vasche per bambini. Completano l'offerta le saune, il centro fitness e i trattamenti di wellness privati.



© Marcel Chassot



bernaqua.ch

Divertimento in acqua, allenamento e benessere riuniti in un unico luogo a ovest di Berna. Al Bernaqua troverai un magnifico complesso acquatico, eccellenti strutture per allenarti e un eccezionale spazio wellness. Qui puoi divertirti con la famiglia, mantenerti in forma o semplicemente rigenerarti in tutta tranquillità. Anche sotto l'aspetto culinario sapremo viziarti a regola d'arte.



vitam.fr

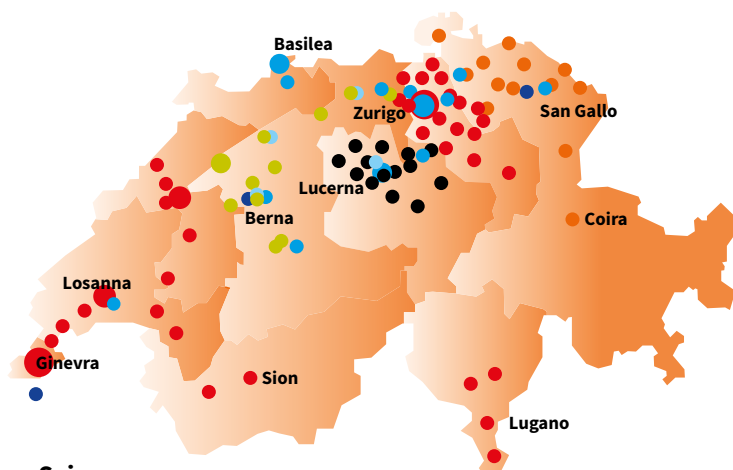
Acqua, fitness, benessere, shopping. Situato alle porte di Ginevra, il centro Vitam offre un'esperienza unica per il tempo libero. Avete accesso all'area fitness con la grande palestra e 4 locali per il fitness per gruppi, all'area benessere con le saune, i bagni turchi e le vasche di rilassamento. Un luogo di divertimento per tutta la famiglia è offerto dal centro balneare con toboga e piscine grandi e piccole.



elements.com

Nei moderni centri fitness e wellness di Monaco, Stoccarda e Francoforte rendiamo il vostro allenamento una vacanza attiva e benessere. Gli attrezzi all'avanguardia, il programma sostenibile di allenamento ELEMENTS, la ricca architettura d'interni in sintonia con la natura e le aree wellness a 5 stelle vi entusiasmeranno.

Benessere dalla A alla Z.



Svizzera

Località	Nome impianto	Indirizzo
Aarau	● FlowerPower	Rohrerstrasse 78
	● Only Fitness	Bahnhofplatz 3h
Abtwil SG	● Säntispark	Wiesenbachstrasse 9
	● MFIT Säntispark	Wiesenbachstrasse 9
Affoltern am Albis	● ACTIV FITNESS	Obstgartenstrasse 1
Aigle	● ACTIV FITNESS	Chemin de la Mêlée 2
Aldorf	● ONE Training Center	Neuland 12
Amriswil	● MFIT (2019)	Kirchstrasse 9
Arbon	● MFIT	Stickereistrasse 4
Baar	● ONE Training Center	Langgasse 40
Baden	● Fitnesspark Trafo Baden	Brown Boveri Platz 1
Basilea	● Fitnesspark Heuwaage	Steinentorberg 8
	● Migros Fitnesscenter	Clarastrasse 12
Bellinzona	● ACTIV FITNESS	Viale Stazione 18
Berna	● Bernaqua im Westside	Riedbachstrasse 98
	● FlowerPower (2019)	Christoffelgasse 6
	● Only Fitness	Parkterrasse 14
Biel	● FlowerPower Biel Bözingen	Eckweg 8
	● FlowerPower Biel-Bienne Elite	Bahnhofstrasse 14
Boudevilliers	● ACTIV FITNESS	Route de Coffrane 2
Buchs SG	● MFIT	Heldaustrasse 68
Bülach	● ACTIV FITNESS	Schaffhauserstr. 55
Bulle	● ACTIV FITNESS	Rue de l'Europe 20
Burgdorf	● FlowerPower	Sägestrasse 20
Carouge	● ACTIV FITNESS Acacias	Rue du Grand-Bureau 17
Coira	● MFIT	Wiesentalstrasse 7
Corcelles	● ACTIV FITNESS	Place de la Gare 1B
Dielsdorf	● ACTIV FITNESS	Kronenstrasse 10
Dietikon	● ACTIV FITNESS	Löwenstrasse 17
Dübendorf	● ACTIV FITNESS	Wallisellenstrasse 7a
Ebikon	● ONE Training Center	Ebisquare-Strasse 2
Emmenbrücke	● Only Fitness	Oberhofstrasse 30
Frauenfeld	● MFIT	Schlossmühlestrasse 9
Frenkendorf	● Migros Fitnesscenter	Niederschönthalstrasse 2
Friburgo	● ACTIV FITNESS	Rue Louis-d'Affry 6

Località	Nome impianto	Indirizzo
Ginevra	● ACTIV FITNESS Alpes	Rue Thalberg 4
	● ACTIV FITNESS Charmilles	Rue de Lyon 108
	● ACTIV FITNESS ICC	Route de Pré-Bois 20
	● ACTIV FITNESS Cygnes	Rue de Lausanne 18–20
	● ACTIV FITNESS Maunoir	Route de Frontenex 39B
	● ACTIV FITNESS Rhône	Rue du Rhône 42
	● ACTIV FITNESS Vermont	Rue de Vermont 8
Gossau SG	● MFIT	Hirschenstrasse 41
Grand-Lancy	● ACTIV FITNESS Pont Rouge	Espanade de Pont Rouge 2
Greifensee	● Fitnesspark Milandia	Im Grossriet 1
Hochdorf	● ONE Training Center	Industriestrasse 2b
Horgen	● ACTIV FITNESS	Seestrasse 129
Jona	● ACTIV FITNESS	Feldstrasse 9
Kloten	● ACTIV FITNESS	Marktgasse 5
Köniz	● FlowerPower	Sägstrasse 77
Kreuzlingen	● MFIT	Hauptstrasse 63
Kriens	● ONE Training Center	Horwerstrasse 24a
Küssnacht a.R.	● ONE Training Center	Fänning 2
Lachen	● ACTIV FITNESS	Hintere Bahnhofstrasse 15
La-Chaux-de-Fonds	● ACTIV FITNESS	Avenue Léopold-Robert 56
Losanna	● Fitnessparc Malley	Chemin du Viaduc 1
	● ACTIV FITNESS Théâtre	Avenue du Théâtre 1
	● ACTIV FITNESS Chauderon	Place Chauderon 16
	● ACTIV FITNESS Gare	Place de la Gare 2
Losone	● ACTIV FITNESS	Via dei Pioppi 2a
Lucerna	● Fitnesspark Allmend	Zihlmattweg 46
	● Fitnesspark National	Haldenstrasse 23
	● ONE Training Center	Bundesplatz 2a
Lugano	● ACTIV FITNESS	Via Pretorio 15
Malters	● ONE Training Center	Mettlenmatte 10
Martigny	● ACTIV FITNESS	Rue des Avouillons 1
Meilen	● ACTIV FITNESS	Alte Bergstrasse 2
Mendrisio	● ACTIV FITNESS	Via Luigi Lavizzari 2
Mies	● ACTIV FITNESS Mies-Versoix	Route Suisse 7
Montreux	● ACTIV FITNESS	Grand Rue 3
Morges	● ACTIV FITNESS	Rue de Lausanne 45
Netstal	● ACTIV FITNESS	Molliserstrasse 41
Neuchâtel	● ACTIV FITNESS City-Centre	Rue de l'Écluse 30
	● ACTIV FITNESS Nid-du Crô	Route des Falaises 30
Nyon	● ACTIV FITNESS Morâche	Rue de la Morâche 11 – 13
	● ACTIV FITNESS La Combe	Chemin de Crève-Cœur 1
Oberhofen	● Fitnesspark Hallenbad Oberhofen	Staatsstrasse 34
Olten	● FlowerPower	Industriestrasse 78
Opfikon	● Fitnesspark Glattpark	Thurgauerstrasse 106
Ostermundigen	● Fitnesspark Time-Out	Bernstrasse 114
Petit-Lancy	● ACTIV FITNESS	Route de Chancy 48
Plan-les-Ouates	● ACTIV FITNESS	Chemin du Champ-des Filles 36
Pratteln	● Migros Fitnesscenter im Aquabasilea	Hardstrasse 57
Regensdorf	● Fitnesspark Regensdorf	Im Zentrum
Riehen	● Migros Fitnesscenter Niederholz (2019)	Gotenstrasse 84
Rothenburg	● ONE Training Center	Wahligenstrasse 4
Rotkreuz	● ONE Training Center	Suurstoffi 8/10
Rüti	● ACTIV FITNESS	Joweid Zentrum 6
San Gallo	● Fitnesspark Einstein	Kappellenstrasse 1
	● MFIT Silberturm	Rorschacherstrasse 152
	● MFIT Unterer Graben (2019)	Unterer Graben 25

Località	Nome impianto	Indirizzo
Schlieren	● ACTIV FITNESS	Güterstrasse 10
Schönbühl	● FlowerPower Shoppyländ	Industriestrasse 10
Sciaffhusa	● MFIT	Mühlentalstrasse 65
Sion	● ACTIV FITNESS	Rue Pré-Fleuri 4
Soletta	● FlowerPower ● Only Fitness (2019)	Perron1 / Dornacherstrasse 28 Wengistrasse 17
Spreitenbach	● FlowerPower Shoppi Tivoli	Tivoli First Postfach 369
Stäfa	● ACTIV FITNESS	Spittelstrasse 23
Stans	● ONE Training Center	Riedenmatt 2
Sursee	● ONE Training Center	Allmendstrasse 6
Svitto	● ONE Training Center	Strehlgasse 15
Thal	● MFIT	Wiesentalstrasse 4
Thônex	● ACTIV FITNESS	Rue de Genève 98
Thun	● FlowerPower Thun Panorama-Center ● FlowerPower Thun Bahnhof	Weststrasse 14 Bahnhofplatz, Panoramastrasse 1
Uster	● ACTIV FITNESS	Poststrasse 1
Vevey	● ACTIV FITNESS	Rue des Entrepôts 4
Volketswil	● ACTIV FITNESS (2019)	Im Zentrum 18
Wädenswil	● ACTIV FITNESS	Steinacherstrasse 150
Wetzikon	● ACTIV FITNESS ● MFIT (n. n.)	Bahnhofstrasse 99 Bahnhofstrasse 151
Wil	● MFIT	Hubstrasse 24
Willisau	● ONE Training Center	Schlossfeldstrasse 5a
Winterthur	● Fitnesspark Banane ● MFIT Archhöfe ● MFIT Win4	Brunngasse 4 Archplatz 4 Grüzelfeldstrasse 32
Zugo	● Fitnesspark Eichstätte	Baarerstrasse 53
Zurigo	● Fitnesspark Hamam Münstergasse ● Fitnesspark Puls 5 ● Fitnesspark Sihlcity ● Fitnesspark Stockerhof ● ACTIV FITNESS Altstetten Bahnhof ● ACTIV FITNESS Bellevue ● ACTIV FITNESS Central ● ACTIV FITNESS Forum ● ACTIV FITNESS Kreuzplatz (2019/20) ● ACTIV FITNESS Lindenplatz ● ACTIV FITNESS Nordbrücke ● ACTIV FITNESS Oerlikon ● ACTIV FITNESS Stauffacher ● ACTIV FITNESS The Docks ● ACTIV FITNESS Tiefenbrunnen	Blaufahnenstrasse 3 Giessereistrasse 18 Kalandplatz 1 Dreikönigstrasse 31a Hohlstrasse 600 Theaterstrasse 12 Weinbergstrasse 5 Badenerstrasse 120 Kreuzplatz 20 Badenerstrasse 697 Nordbrücke 4 Thurgauerstrasse 30/32 Badenerstrasse 9 Langstrasse 192 Seefeldstrasse 225

Francia

Neydens	● Vitam	500, route des Envignes
---------	---------	-------------------------

Germania

Eschborn	▲ ELEMENTS Eschborn	Katharina-Paulus-Straße 2
Francoforte sul Meno	▲ ELEMENTS Eschenheimer Turm	Bleichstraße 57
Francoforte sul Meno	▲ ELEMENTS Henninger Turm	Hainer Weg 60
Monaco	▲ ELEMENTS Balanstraße	Balanstraße 73
Monaco	▲ ELEMENTS Donnersbergerbrücke	Erika-Mann-Str. 61
Monaco	▲ ELEMENTS Siemensallee	Baierbrunner Str. 85
Stoccarda	▲ ELEMENTS Paulinenbrücke	Feinstrasse 4

Informazioni sui singoli impianti e orari di apertura: [migros-fitness.ch](https://www.migros-fitness.ch)

