

# Lenzerheide Sportzentrum

## Öffnungszeiten

Mo bis Fr von 10.00 Uhr bis 22.00 Uhr

Sa, So und Feiertage von 10.00 Uhr bis 20.00 Uhr

24. und 31. Dezember von 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Eissporthalle gemäss separatem Aushang

Revisionsbedingte Schliessungen sind in den Eintrittspreisen berücksichtigt! Frühjahrsrevisionen ca. eine Woche nach Ostern, ca. drei bis vier Wochen. Herbstrevisionen in der ersten oder zweiten Novemberwoche jeweils von Mo bis Fr.

## Allgemeines

Kinder unter 6 Jahren gratis

Kinder Tarife gelten von 6 bis und mit 16 Jahre

10er Abos sind ab Ausstellungsdatum vier Jahre gültig.

Zutritt Sauna-, Wellnessanlage und Kraftraum ab 17 Jahre.

Der gesamte Wellnessbereich ist Nacktzone.

**Wellness Frauentag: jeden Dienstag den ganzen Tag.**

Vermietung von Badebekleidung, Badetüchern, Aquagürteln, Eishockeystöcken und Schlittschuhen.

Verkauf von Badebekleidung, Schwimmbehör und Körperpflege-mitteln.

**Depotgebühr (nur Barzahlung möglich)**

für Mietgegenstände CHF 20.00

für Abo KeyCard CHF 5.00

für Schlüssel Wellness und Fitness CHF 20.00

# Eintrittspreise

in CHF, inkl. MwSt.

## Hallenbad inkl. Aussenbad

	Kinder	Erw.
Einzeleintritt	7.00	11.00
10er Abo	55.00	90.00
½ Jahresabo	130.00	200.00
Jahresabo	190.00	290.00
Gruppen ab 8 Personen	5.00	9.00

## Wellness

### inkl. Hallenbad / Aussenbad

(ab 17 Jahre, Dienstag Wellness Frauentag)

Einzeleintritt	27.00
10er Abo	230.00
½ Jahresabo	490.00
Jahresabo	700.00
Nachzahlung auf Hallenbad Eintritt	16.00
Gruppen ab 8 Personen	23.00

## Solarium 1 Jeton 7½ Minuten

Einzeleintritt	8.00
----------------	------

## Multi-Abo

### Hallenbad, Wellness, Fitness

¼ Jahresabo	380.00
½ Jahresabo	670.00
Jahresabo	960.00

## Fitnesswelt

### inkl. Hallenbad / Aussenbad

(ab 17 Jahre)

Einzeleintritt	18.00
10er Abo	150.00
¼ Jahresabo	230.00
4 Monate (Saison-Spezial)	300.00
½ Jahresabo	400.00
Jahresabo	580.00
Gruppen	nach Vereinbarung
Nachzahlung	10.00

## Minigolf

	Kinder	Erw.
Einzeleintritt	5.00	7.00
10er Abo	40.00	60.00
Gruppen ab 8 Personen	4.00	6.00

## Eisbahn

Einzeleintritt	6.00	8.00
10er Abo	45.00	65.00
Saisonabo	120.00	160.00
Gruppen ab 8 Personen	5.00	7.00

## Mieten

Badekleider	5.00
Badetuch	5.00
Aquagürtel	5.00
Schlittschuhe	6.00
Eishockeystock	4.00

## Curling – Eisstock

Eisreservation und Preise auf Anfrage

## Depot / Pfand

(nur Barzahlung möglich)

Mietgegenstände	20.00
Abo KeyCard	5.00
Schlüssel Wellness und Fitness	20.00

## Letzter Eintritt

30 min vor Betriebsschluss

## Verlassen der Anlage

Schwimmbecken, Krafraum, Saunas und Ruheräume sind 15 min vor Betriebsschluss zu verlassen.

# moveLai – Physiotherapie und Sportmedizin

## Physiotherapie moveLai

Physiotherapeutische Angebote können direkt mit dem Physiotherapeuten Ihrer Wahl vereinbart werden. Wir freuen uns auf einen Termin. Vereinbarungen telefonisch unter:

Silvia Steiner	+41 81 384 36 26
Heike Einhorn	+41 81 384 36 26
Frank Schieman	+41 81 382 23 49

## Sportmedizin moveLai

Verschiedene sportmedizinische Angebote, Beratungen und Leistungstests

Diese Leistungen werden in der Praxis gemäss spezieller Vereinbarung ausgeführt. Für Terminabsprachen wenden Sie sich bitte an den Arzt Ihrer Wahl:

Dr. Arno Bergamin	+41 81 384 20 22
Dr. Daniel Capitani	+41 81 384 12 30
Dr. Michael Fierz	+41 81 384 27 77
Dr. Karl Mannhart	+41 81 382 03 82

## Fitness

Die diplomierte Fitnessinstructorin unterstützt Sie in allen Aspekten Ihres Trainings mit kompetenter Geräteinstruktion, Erstellung eines individuellen Trainingsplans sowie Personal Training um mit Spass und Motivation zu trainieren. Es werden auch Einführungen in modernere, besonders alltagsrelevante Trainingsformen wie funktionelles Training und TRX Suspension Training angeboten. Für Terminabsprachen wenden Sie sich bitte an die Fitnessinstructorin:

Cornelia Späth	+41 78 648 55 44
----------------	------------------

[www.bodywerkstatt.ch](http://www.bodywerkstatt.ch)

## Massagen

Lassen Sie sich durch individuellen Massagen im Sportzentrum verwöhnen. Für Terminabsprachen wenden Sie sich bitte an unsere dipl. Masseure:

Markus Foppa	+41 79 233 38 78
Cornelia Späth	+41 78 648 55 44

[www.bodywerkstatt.ch](http://www.bodywerkstatt.ch)

Lenzerheide Sportzentrum  
Dieschen sot 4  
Postfach 946  
CH-7078 Lenzerheide

Tel. +41 81 385 21 85  
Fax +41 81 385 21 95  
[sportzentrum@vazobervaz.ch](mailto:sportzentrum@vazobervaz.ch)  
[www.lenzerheide.com/sportzentrum](http://www.lenzerheide.com/sportzentrum)

 **Lenzerheide**  
Sportzentrum

 **Lenzerheide**  
Wellnessbad H<sub>2</sub>Lai