



Mehr bewegen,  
mehr entspannen,  
gesünder leben.

Trainieren Sie effizient in den exklusiven  
Milon Circles und lassen Sie sich im  
angenehm warmen Kristallbad treiben.



# Gesünder Leben

Herzlich willkommen im Fitnesspark Einstein. Mitten in der Stadt St. Gallen, nur wenige Gehminuten vom Bahnhof und der Altstadt entfernt, bietet sich Ihnen eine Fülle von Möglichkeiten, um sich zu bewegen und etwas für Gesundheit, Wohlbefinden und Schönheit zu tun. Und das alles in einem besonders angenehmen Ambiente.



Mit der einzigartigen Kombination von Fitness und Wellness trainieren Sie nicht nur abwechslungsreicher, sondern auch effektiver.

## Aufbauen, Auftanken

Eintauchen, entspannen, trainieren oder einfach nur Spass haben. Ausgewogenheit zwischen aktivem und regenerativem Training und zwischen aktiver und passiver Erholung verbessert Ihre Lebensqualität nachhaltig. Ihr Körper gewinnt an Kraft und Kondition, Ihr Körpergewicht ist unter Kontrolle und Sie bauen Stress ab.

## Gut beraten, gut bedient

Unsere Beratung geht über reine Trainingsanweisungen hinaus. Nutzen Sie die Möglichkeit, sich ganzheitlich beraten zu lassen. Nach einer Standortanalyse stellt die Instrukturin oder der Instruktor ein auf Sie zugeschnittenes, individuelles Programm mit sinnvollen und erreichbaren Zielen zusammen. Ihre persönlichen Erfolge motivieren Sie zum Dranbleiben – egal, ob Sie für den nächsten Marathon trainieren, etwas für Ihre Figur tun wollen, oder einfach Lust auf etwas mehr Bewegung verspüren. Dienstleistungen wie Personal Training oder unsere liebevolle Kinderbetreuung tragen zu einem entspannten Aufenthalt bei.

# Entspannt bewegt

## Exklusiv: Milon Circles

Chip-Karte rein und das Training kann beginnen: Sitz, Hebel und Belastung stellen sich bei jedem Gerät individuell und automatisch auf Ihr Trainingsziel ein. So sparen Sie Zeit und können sich ganz auf das Workout konzentrieren. Bei Milon-Geräten lassen sich die Beuge- und Streckbewegungen unterschiedlich einstellen – so trainieren Sie effektiver in kürzerer Zeit!



## Kraft und Ausdauer

Neben dem Circle-Training stehen Ihnen die ganze Palette an modernsten Kraft- und Ausdauergeräten zur Verfügung. Alle Ausdauergeräte sind mit einem TV ausgerüstet. So können Sie jederzeit das Angenehme mit dem Nützlichen verbinden und sich während des Trainings zum Beispiel die Tagesnews anschauen. Straff statt schlaff, stützend statt schmerzend – kräftige Muskeln haben es in sich! Im Gerätepark stehen Ihnen ergonomisch erstklassige Cybex-Maschinen und ein Freihandeltbereich zur Verfügung, mit denen sich auch der hinterste Muskel aus der Reserve locken lässt.

Fitnesstraining – eine sehr gute Entscheidung!  
Mit den Milon Circles trainieren Sie effizient und zeitsparend.

## Motivation: Group Fitness

In der Gruppe macht Training noch mehr Spaß und die Mitglieder motivieren sich gegenseitig zu Höchstleistungen. Im Fitnesspark Einstein erwarten Sie 2 Kursräume mit einem vielfältigen Kursangebot für Einsteiger und Fortgeschrittene aller Altersgruppen. Täglich und zu attraktiven Zeiten: von BodyPump über Fatburner und Cycling bis hin zu Pilates.



# Bewegt entspannt

## Kristallbad

Finden Sie die Ruhe und Kraft, um Ihren Alltag stressfrei anzupacken. Das spektakuläre Kristallbad ist das Herz des Fitnessparks Einstein. Kristallklares, warmes Wasser garantiert pures Badevergnügen und absolutes Wohlbefinden. Zu der einmaligen Architektur trägt der transparente Boden des Kristallbades ebenso bei wie das imposante Glasdach, das im Sommer geöffnet werden kann. Als weitere Attraktion erwartet Sie im Kristallbad die spanische Treppe, verschiedene Sprudelmassagen und Sprudelsitze.



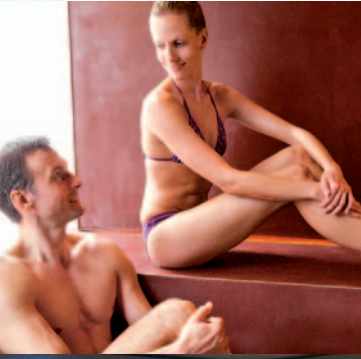
Der Fitnesspark Einstein bietet weitere Dienstleistungen für Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit an. Beachten Sie den Spezialprospekt «Wellness plus».

## Wellness-Attraktionen

Dampfbad, Softbad und Eisraum sind im Fitnesspark Einstein im Abopreis inbegriffen. Im Unterschied zu vielen anderen Orten können Sie diese Attraktionen im Fitnesspark Einstein im Badeanzug genießen. Die grosse Relaxzone und der einzigartige Dachgarten mit Panorama-Aussicht runden das einmalige Wellnessangebot ab.

## Wellness Plus

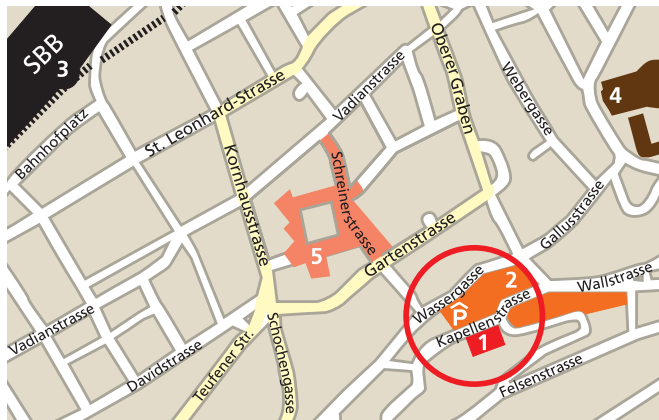
Wenn Sie sich einmal etwas ganz Besonderes gönnen möchten: Im neuen Fitnesspark Einstein haben Sie Gelegenheit dazu. Geniessen Sie zum Beispiel zu fairen Konditionen eine Wellnessmassage mit exklusiven Ölen und wohltuenden Kräutern. Ein Hauch Orient: Gönnen Sie Ihrer Haut eine Verjüngungskur mit einer Rhassoul-Behandlung. Als Gutscheine sind die Wellness Plus Angebote auch ein ideales Geschenk.



Kraftort und Augenweide:  
Das Kristallbad mit wohligh  
warmen 36 Grad – gerade  
richtig, um sich einfach mal  
treiben zu lassen.



# Willkommen



Mitten in St. Gallen – nur wenige Gehminuten vom Bahnhof und der Altstadt

- 1** Fitnesspark Einstein
- 2** Hotel Einstein und Congress mit Parking
- 3** Bahnhof SBB
- 4** Kloster
- 5** Roter Platz



## Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 6.30–22.00 Uhr  
Samstag/Sonntag 9.00–18.00 Uhr

**Kinderparadies** Montag bis Freitag 8.30–12.00 Uhr  
Samstag 9.00–12.00 Uhr

Genügend Parkplätze im Haus, Parkgarage Einstein Congress  
Zufahrt via Einstein Congress, Wassergasse

## Fitnesspark Einstein

Kapellenstrasse 1  
9000 St. Gallen

Tel.: 071 224 95 11

Mail: [einstein@fitnesspark.ch](mailto:einstein@fitnesspark.ch)

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

**FITNESS**  **PARK**  
EINSTEIN · ST. GALLEN  
**MIGROS**