

ROTHOF FITNESS

Individuell und persönlich - ganz auf dich zugeschnitten.

Unser Betreuungskonzept im Überblick

Einführungsgespräch (Anamnese)

Wir sprechen mit dir über deine Wünsche und Ziele und ermitteln dein aktuelles Fitnesslevel.

Bioelektrische Impedanzanalyse (BIA)

Durch die BIA-Messungen erhalten wir wichtige Informationen hinsichtlich deiner Körperzusammensetzung (Wasser, fettfreie Masse und Körperfett)

Functional Movement Screening (FMS)

Hierbei werden deine körperlichen Bewegungsmuster unter die Lupe genommen. Dabei erhalten wir Rückschlüsse auf deine Haltung, Körperstabilität und Mobilität.

Trainingsplan

Mithilfe der Testresultate liefern wir dir nun deine Trainingsgrundlage. Der Trainingsplan ist höchstindividuell und daher sehr effizient. Ein ReCheck innerhalb einer gewissen Zeitspanne maximiert dein Trainingsergebnis. Wir freuen uns auf dich, lass uns gemeinsam deine Ziele erreichen!

ROTHOF FREIZEITBETRIEBS GMBH

Denninger Str. 120
81925 München

089 92 80 80 80
info@rothof.de



FITNESS

Finde dein perfektes Fitnessangebot

MITGLIEDSCHAFT - für regelmäßige Nutzer

Dir gefällt unser Studio und du möchtest mindestens zwei Mal pro Woche trainieren oder Kurse und die Sauna nutzen? Dann lohnt sich unsere Mitgliedschaft für dich - flexibel, monatlich kündbar. Du erhältst Zugang zu allen Trainingsmöglichkeiten, Kursen und der Sauna. Zusätzlich kannst du vergünstigte Analyse- und Trainingspakete als Startoption hinzubuchen.

WERTKARTE / EINZELBUCHUNG - für sporadische Besuche

Du trainierst nur ab und zu? Dann ist unsere Wertkarte oder Einzelbuchung die ideale Lösung. Ab 200 € eröffnest du dein Wertkartenkonto und sparst 2 € pro Einheit gegenüber der Einzelbuchung. Die Wertkarte gilt für Fitness, Kurse und Sauna. *(Nicht gültig für Trainerstunden oder Restaurant.)*

SCHNUPPERANGEBOT - zum Ausprobieren

Noch unsicher? Teste uns unverbindlich! Für 25 € bekommst du einen Trainertermin, Zugang zum Studio, zur Sauna und eine Kurseinheit deiner Wahl. Der Betrag wird bei Abschluss einer Mitgliedschaft angerechnet. Finde dein perfektes Fitnessangebot



PREISEÜBERSICHT

Stand April 2026

SCHNUPPERANGEBOT

TRAINERTERMIN, FITNESS,
KURS & SAUNA

FITNESS ODER KURS INKL. SAUNA

FITNESS

KURSE BIS 75 MIN

KURSE BIS 60 MIN

KURSE BIS 30 MIN

SAUNA

MITGLIEDSKARTENPFAND

GROßES STARTPAKET

ANAMNESE
2X FMS
2X BIA - MESSUNG
1X INDIV. TRAININGSPLAN
2X TRAININGSPLAN UPDATE

KLEINES STARTPAKET

ANAMNESE
1X FMS
1X BIA- MESSUNG
1X INDIV. TRAININGSPLAN

TRAININGSPLAN UPDATE

BIA - MESSUNG

MITGLIEDSCHAFT
89€/MONAT
MONATLICH
KÜNDBAR

WERTKARTE
AB 200€
AUFLADBAR
2€ RABATT

**EINZEL-
BUCHUNG**

BEITRAG WIRD BEI
ABSCHLUSS EINER
MITGLIEDSCHAFT
ANGERECHNET

23 €

25 €



18 €

20 €



13 €

15 €



12 €

14 €



11 €

13 €



6 €

8 €



9 €

11 €

20 €

-

-

99 €

127 €

129 €

GILT AUCH FÜR UNSERE
KOOPERATIONSPARTNER

49 €

67 €

69 €

GILT AUCH FÜR UNSERE
KOOPERATIONSPARTNER

19 €

27 €

29 €

19 €

27 €

29 €