

# Angebote zum Besuch von Fitness-Studios

*für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Evangelischen Kirchenkreises Dortmund*

Gesundheits-  
-management

Evangelischer  
Kirchenkreis  
Dortmund

EVANGELISCHE KIRCHE IN  
DORTMUND • LÜNEN • SELM



## Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

viele von Ihnen und Euch haben uns signalisiert, die eigene Gesundheit und Fitness durch den Besuch in einem Fitnessstudio fördern zu wollen. Wir haben uns deshalb auf den Weg gemacht und Fitness-Studios mit verschiedenen Schwerpunkten für Sie gefunden. Es ist gelungen, für die Mitarbeitenden des Kirchenkreises Vergünstigungen zu verhandeln, die wir im Folgenden gerne vorstellen möchten. Wir sprechen keine Empfehlung für ein spezielles Studio aus, denn eine jede / ein jeder selbst entscheiden muss, welches dieser Angebote am besten zu den individuellen Bedarfen passt.

Wer das Angebot nutzen möchte, muss den Fitness-Studios nachweisen,

beim Kirchenkreis beschäftigt zu sein. Dies kann über eine schriftliche Bestätigung des Arbeitgebers oder über das Vorzeigen einer Lohnabrechnung geschehen.

Die Auflistung kann jederzeit durch weitere gute Angebote ergänzt werden. Wir laden Sie und Euch also herzlich ein, sich mit weiteren Vorschlägen zu beteiligen.

Mit den besten Grüßen,  
die Gesundheitsbeauftragten des  
Ev. Kirchenkreises Dortmund:

Alexandra Eichenauer  
Anja Lappöhn  
Anke Steger  
Svenja Werner

A.I. Fitness

dannyfit

Kieser Training

Kopp 30+ Fitness

## Angebote und Leistungen

*Vitalitätscheck, Cardiogeräte, Geräte für den Muskelaufbau, Ganzkörper-Krafttraining, Freihantelbereich, Zirkeltraining, Getränke, Kursprogramm, separater Lady-Fitness-Bereich, Vibrationsplatten, Indoor-Cycling, TRX-Workout, Functionaltraining, Duschen, Protein-Shake-Bar, Kinderbetreuung, Parkplätze.*

## Kosten und Vergünstigungen

**Monatsbeitrag 19,95 Euro**  
für 12 statt 24 Monate pro Person und eine weitere Person + vierteljährlich 9,95 Euro, pausieren bis 6 Monate möglich. Im Monatsbeitrag sind außerdem Zusatzleistungen enthalten: *Club-Card, Aufnahmegebühr, Medical-Check, Ernährungsberatung, Starter-Paket (Trinkflasche, Kartenanhänger, Sportbeutel).*

**Für den Monatsbeitrag 29,95 Euro**  
*zusätzlich Kinesio-Taping, Solarium- und Hydro-Massage-Flat, separate Damen- und Herren-Sauna.*

## Kontakt-Informationen

Hansastraße 5  
44137 Dortmund  
+49 231 912 56 38

Wilhelmplatz 12  
44149 Dortmund  
+49 231 592 57 625

**Öffnungszeiten:**  
Mo. bis Fr. 6:00 bis 23:00 Uhr  
Sa./So. 6:00 bis 20:00 Uhr  
Feiertage: 8:00 bis 14:00 Uhr

**[www.ai-fitness.de](http://www.ai-fitness.de)**

## Angebote und Leistungen

*Nutzung Milon-Geräte, Nutzung Matrix-Geräte, Cardio-Training, Freihantel-Training, Getränke-Flat für Mineralgetränke (aus Spender), Outdoor-Sitzlounge, Duschen, Blick auf den Phönix-See.*

## Kosten und Vergünstigungen

**Monatsbeitrag 40 Euro**  
für 24 Monate, **45 Euro** für 12 Monate  
pro Person (auch für Angehörige)  
+ 110 Euro einmalige Aufnahmege-  
bühr statt mindestens 69,90 Euro für  
24 Monate.

*Verschiedene Kurse können über eine  
10er/20er Karte gebucht werden,  
Check-ups, Nutzung der Sauna,  
Bio-Impedanz-Analyse und Parken in  
der Tiefgarage verursachen zusätzlich  
Kosten.*

## Kontakt-Informationen

Phönixseestraße 16  
44263 Dortmund  
+49 231 700 98 477

### **Öffnungszeiten:**

Mo. bis Fr. 8:30 bis 20:00 Uhr  
Sa./So. 10:00 bis 18:00 Uhr  
Kernzeit für Training und Kurse:  
8:30-12:30 Uhr und 16:00-20:00 Uhr

**[www.dannyfit.de](http://www.dannyfit.de)**

## Angebote und Leistungen

*Persönliche Begleitung, medizinische Trainingsberatung, Rückenanalyse, gezielter Aufbau der Rückenmuskulatur, eigens entwickelte Trainingsmaschinen, Sportvorbereitung, Alltag, Abnehmen, Beckenboden, objektive Kraftmessung, kompetente Trainingssteuerung (zum 10. und 20. Training begleitete Trainingseinheit).*

## Kosten und Vergünstigungen

**Monatsbeitrag 59 Euro** für 12 Monate (+ einmalig 149 Euro) beinhaltet einen zusätzlichen 13. Trainingsmonat, **Monatsbeitrag 49 Euro** für 24 Monate und 25. Zusatzmonat (+ einmalig 149 Euro), **Rückentraining monatlich 89 Euro** für 12 Monate und **69 Euro** für 24 Monate (+ einmalig 149 Euro) beinhaltet jeweils einen zusätzlichen 13. bzw. 25. Trainingsmonat.

Mitarbeitende des Kirchenkreises haben im ersten Monat ein Sonderkündigungsrecht.

## Kontakt-Informationen

Lindemannstraße 78  
44137 Dortmund  
+49 231 967 89 60

### Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 07:30 bis 21:30 Uhr  
Sa., So. und Feiertage  
09:00 bis 18:00 Uhr

**[www.kieser-training.de](http://www.kieser-training.de)**



**Anja Lappöhn,**  
Tageseinrichtungen  
für Kinder  
+49 152 57992954



**Alexandra Eichenauer,**  
Tageseinrichtungen  
für Kinder  
+49 152 57992956



**Svenja Werner,**  
Offene Ganztagschulen  
+49 152 57992957



**Anke Steger,**  
Verwaltung, Referate,  
Gemeinsame Dienste  
+49 152 57992958

## Angebote und Leistungen

*Fitness-Studio für alle ab 30 Jahren, persönliche Beratung, Cardiogeräte, Geräte für Muskelaufbau und -straffung, Getränke, Solarium, Sauna, Duschen, Parken, Ernährungscoaching, Band- und Rollenmassagegeräte.*

## Kosten und Vergünstigungen

**Monatsbeitrag 30 Euro**  
(statt 39 Euro) + 10 Euro einmalige Aufnahmegebühr pro Person und eine weitere Person. Der Vertrag kann zu jedem Zeitpunkt zum Ende des Monats gekündigt werden.

## Kontakt-Informationen

Gewerbeparkstraße 3-5  
44339 Dortmund  
+49 231 993 16 70

**Öffnungszeiten:**  
Mo. bis Fr. 09:00 bis 22:00 Uhr  
Sa., So. und Feiertage  
10:00 bis 15:00 Uhr

**[www.kopp-30plus-fitness.de](http://www.kopp-30plus-fitness.de)**

Verantwortlich für dieses Angebot sind die Mitglieder des Arbeitskreises Gesundheit des Evangelischen Kirchenkreises:

- **Michael Stache**  
*Stellvertretender Superintendent*
- **Jochen Schade-Homann**  
*Leitung Fachbereich „Jugend und Erziehung“*
- **Matthias Mißfeld**  
*Leitung Fachbereich „Seelsorge und Beratung“*
- **Gudrun Garraoui**  
*Mitglied der Mitarbeitervertretung*
- **Ralf Porps**  
*Mitglied der Mitarbeitervertretung*
- **Hans Steinkamp**  
*Mitglied der Mitarbeitervertretung*

- **Anke Steger**  
*Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte*
- **David Böhm**  
*Geschäftsführung des Arbeitskreises Gesundheit*
- **Dr. Cordula Sczesny**  
*Soziale Innovation GmbH*

Die Angebote zur Gesundheitsförderung werden ständig weiterentwickelt und ausgebaut. Für Anregungen und Kritik sind wir dankbar.

Aktuelle Informationen finden Sie auf unserer Homepage.

**Arbeitskreis Gesundheit**  
*Jägerstr. 5, 44145 Dortmund*  
<http://gesundheit.ev-kirche-dortmund.de>

*Gesundheits-  
-management*

Evangelischer  
Kirchenkreis  
Dortmund



EVANGELISCHE KIRCHE IN  
DORTMUND • LÜNEN • SELM