

Steckbrief Fitnesspark Sihlcity

Center:	Fitnesspark Sihlcity
Adresse:	Kalanderplatz 1 8045 Zürich
Telefon:	+41585681030
E-Mail:	fitnesspark.sihlcity@gmz.migros.ch
Besitzer:	Genossenschaft Migros Zürich (GMZ) Direktion Freizeitanlagen
Verbund:	-Jahreskarte: FIT und FIT plus: Centerverbund mit Fitnesspark Glattpark, Milandia, Puls5, Münstergasse, Regensdorf und Stockerhof -Jahreskarte: Intercity-Card: Über 100 Migros- Aqua- /Wellness-/Fitnessanlagen in der gesamten Schweiz inkl. Activ Fitness
Liegenschaft:	Sihlcity Verwaltung: Wincasa AG
Parkplätze:	850 Parkplätze in Sihlcity
Öffentliche Verkehrsmittel:	Tram 5, 13 und teilweise 17 bis Haltestelle Sihlcity Nord, Bus 33 bis Haltestelle Utobrücke, Bus 89 bis Haltestelle Sihlcity, Sihltalbahn S4 bis Haltestelle Saalsporthalle
Velo-Abstellplätze:	Vorhanden
Zertifikat:	Das Fitnesscenter ist Qualitop anerkannt.
Eröffnung:	31. Oktober 2016
Öffnungszeiten:	Montag bis Freitag 06.30* – 22.00 Uhr Samstag und Sonntag 09.00 – 20.00 Uhr • *Sauna ab 08.00 Uhr geöffnet

Flächenzahlen:

2 Geschosse
Gesamte Innenfläche: 1900m²

4. Obergeschoss

- Fitnessarena 714m²
- Kursraum 1 130 m²
- Damengarderobe 110m²
- Herrengarderobe 114m²
- Empfangsbereich 53m²

3. Obergeschoss

- Saunalandschaft gemischt 523m²
- Saunalandschaft Damen 108m²

Infrastruktur:

- Empfangsbereich
- SB-Getränke & Snack Automaten
- Herren-/ Damengarderoben
- Fitnessarena:
 - Ausdauergeräte
 - Kraftgeräte mit Steckgewichten (Cybex & xForce)
 - Kraftgeräte mit Kabelzügen (Free-Motion)
 - 1 eGym Kraft Zirkel
 - Freihantelzone
 - Funktionale Trainingszone
- 1 Kursraum (Aerobic, Toning, Yoga etc)
- Gemischte Saunalandschaft
- Damen Saunalandschaft
- Ruhe- und Entspannungsflächen
- Mitarbeiter-Garderoben/Büroflächen
- Technik- und Reinigungsräume

IV:

Die gesamte Trainingsfläche ist behindertengerecht ausgebaut und eingerichtet (IV-WC/Duschen)

Saunen:

Gemischte Sauna

- Aufguss Sauna (zweitweise geführte Sauna-Aufgüsse)
80°/10% Luftfeuchte
- Trocken Sauna 85°/5% Luftfeuchte
- Salz Sauna 60°/20% Luftfeuchte
- Dampfbad 100% Luftfeuchte
- Erlebnis-Duschzone
- mehrere Ruhezonen

Damen Sauna

- Sanarium 65°/35% Luftfeuchte
- Sauna 80°/10% Luftfeuchte
- Duschzone
- Ruhezone

Fitnessarena:

Kardio- und Kraftraum auf einer Ebene
ca. 100 Trainingsstationen

- Kardiogeräte (Bike, Laufband, Crosstrainer, Rudergerät, Tomahawk-Bikes) mit TV
- Kraftmaschinen (Cybex, xForce, Free Motion)
- Kraftstationen klein
- Kurzhanteln 1.25 – 40 Kg
- 1 eGym Zirkel (Chippgesteuertes Zirkeltraining)
- Funktionale Trainingszone mit IronQube
- Diverse Kleingeräte für funktionelles und koordinatives Training
- Wassertrinkbrunnen
- Gratis public W-LAN

Personaltraining

Ernährungsberatung:

Functional Training, TRX, TANITA-Waage,
Blutdruckmessgerät

Kursraum:

1 Kursraum 130m²
Boden mit flächenelastischem Unterboden

SB-Getränke&Snack

Automaten:

Selbstbedienungs-Automaten mit Sitzgelegenheiten und
Tischen

Garderoben:

Herren

- 184 Garderobenschränke
- Spiegellavabo
- Föhnstationen
- 1 Toilettenbereich
- Duschen
- Fussdesinfektion
- Personen-Waage

Frauen

- 180 Garderobenschränke
- Spiegellavabo
- Föhnstationen/Beauty-Bereich
- 1 Toilettenbereich
- Duschen
- Fussdesinfektion
- Personen-Waage

Behinderten-Umkleidekabine

- Toilette, Dusche, Lavabo

Wäscherei:

Hauseigene Wäscherei für Vermietung
(Tücher/Bademäntel/Trainingskleider)

Personalgarderobe:

2 Garderoben mit Duschen/WC und Aufenthaltsraum

Sicherheit:

Sanitätsbare, Sanitätskoffer, Sauerstoffkoffer, AED-
Defibrillationsgerät

Personal:

ca. 10 Voll- und Teilzeitbeschäftigte

Frequenzen:

Jahresfrequenzen ca. 110'000-150'000
Tagesfrequenzen ca. 400-600 Besucher