

## Steckbrief Fitnesspark Stockerhof

<b>Center:</b>	Fitnesspark Stockerhof
<b>Adresse:</b>	Dreikönigstrasse 31 a 8002 Zürich
<b>Telefon:</b>	+41 (0) 58 568 50 50
<b>Telefax:</b>	+41 (0) 58 568 50 60
<b>E-Mail:</b>	fitnesspark.stockerhof@gmz.migros.ch
<b>Besitzer:</b>	Genossenschaft Migros Zürich (GMZ) Direktion Freizeitanlagen
<b>Verbund:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jahreskarte FIT und FIT <i>plus</i>: Centerverbund mit Fitnesspark Glattpark, Greifensee Milandia, Puls 5, Münstergasse, Regensdorf und Sihlcity</li><li>• Jahreskarte: Migros FitnessCard: Über 100 Migros-Aqua- / Wellness- / Fitnessanlagen in der gesamten Schweiz inkl. Activ Fitness und Elements in Deutschland</li></ul>
<b>Liegenschaft:</b>	Stockerhof Verwaltung: Grebimmo GmbH
<b>Parkplätze:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ca. 50 Parkplätze im Gebäude Stockerhof</li><li>• Parkhaus Hotel Park Hyatt (2 min.)</li></ul>
<b>Öffentliche Verkehrsmittel:</b>	Tram 6, 7, 8, 13 und 17 bis Haltestelle Stockerstrasse
<b>Velo-Abstellplätze:</b>	vorhanden
<b>Zertifikat:</b>	Das Fitnesscenter ist Qualitop anerkannt.
<b>Eröffnung:</b>	18. August 1998 Wiedereröffnung nach Totalumbau 5. November 2013
<b>Öffnungszeiten:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Montag bis Freitag 06.30* – 22.00 Uhr</li><li>• Samstag und Sonntag 09.00 – 20.00 Uhr</li><li>• *Sauna ab 08.00 Uhr geöffnet</li><li>• Sauna schliesst 15 min vor Betriebsschluss</li></ul>

**Flächenzahlen:**

## 1. UG

gesamte Innenfläche: ca. 3000 m<sup>2</sup>

- Fitnessarena 708 m<sup>2</sup>
- Kursraum 1 179 m<sup>2</sup>
- Kursraum 2 70 m<sup>2</sup>
- Badelandschaft 400 m<sup>2</sup>
- Saunalandschaft gemischt 305 m<sup>2</sup>
- Saunalandschaft Damen 65 m<sup>2</sup>
- Damengarderobe 215 m<sup>2</sup>
- Herrengarderobe 186 m<sup>2</sup>
- Lounge-Bereich 55 m<sup>2</sup>
- 2 Massageräume à 13m<sup>2</sup> 26m<sup>2</sup>

**Infrastruktur:**

- Empfangsbereich
- Take-away / SB-Loungebereich
- Herren- / Damengarderoben
- Fitnessarena:
  - Ausdauergeräte
  - Kraftgeräte mit Steckgewichten (Cybex)
  - Kraftgeräte mit Kabelzügen (Free-Motion)
  - 2 eGym Kraft-Zirkel
  - Freihantelzone
  - Funktionale Trainingszone mit Iron Qube
- 2 Kursräume (Aerobic, Cycling, Yoga, TRX etc.)
- Badelandschaft mit Solepool, Massagedüsen, Sprudelliegen und Whirlpool
- gemischte Saunalandschaft
- Damen-Saunalandschaft
- 2 Massageräume (Betrieb durch medbase)
- Ruhe- und Entspannungsflächen
- Mitarbeiter-Garderoben / Büroflächen
- diverse Technikräume

**IV:**

Die ganze Anlage ist behindertengerecht ausgebaut und eingerichtet:

- Liftzugang
- Umkleide
- IV-WC
- Duschen
- Poollift
- Sauna- und Dampfbadzugang

**Massageangebot:**

Firma medbase

Klassische Teil- und Ganzkörpermassage, Sport- und div. Spezialmassagen

**Take-away / SB-Loungebereich:**

- Selbstbedienungs-Kühlvitrine inkl. Kaffeemaschine
- diverse Sitzgelegenheiten und Tische
- Ladestation

**Garderoben:**

## Herren

- 221 Garderobenschränke
- Spiegellavabos
- Föhnstationen
- 1 Toilettenbereich
- Duschen
- Fussdesinfektion
- Personen-Waage

## Frauen

- 216 Garderobenschränke
- Spiegellavabos
- Föhnstationen / Beauty-Bereich
- 1 Toilettenbereich
- Duschen
- Fussdesinfektion
- Personen-Waage

## Behinderten-Umkleidekabine

- Toilette, Dusche und Spiegellavabo

**Fitnessarena:**

Kardio- und Krafraum auf einer Ebene  
ca. 160 Trainingsstationen

- Kardiogeräte (Bikes, Laufbänder, Crosstrainer, Rudergeräte und Tomahawk-Bikes) teilweise mit TV Anschluss
- Kraftmaschinen (Cybex und Free Motion)
- Kraftstationen klein
- Kurzhanteln 1.25 – 40.0 kg
- 2 eGym-Zirkel (Chipgesteuertes Zirkeltraining)
- Pilates Reformer für Personaltrainings
- Funktionale Trainingszone mit Iron Qube
- Diverse Kleingeräte für koordinatives Training
- Wassertrinkbrunnen
- gratis public W-LAN
- TV Geräte im Ausdauerbereich

**Personaltraining****Ernährungsberatung:**

Pilates Reformer, TRX, TANITA-Waage und Blutdruckmessgerät

**Kursräume:**

2 Kursräume 179m<sup>2</sup> / 70 m<sup>2</sup>

- Solepool mit Beschallung für Aqua Fitness Kurse
- Boden: Boflex mit flächenelastischem Unterboden

<b>Erholungs- Badelandschaft:</b>	<p>Bad mit diversen Attraktionen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Solebad mit Rheinfelder Natursole-Wasser ca. 35°</li> <li>• div. Massagedüsen und Sprudelliegen</li> <li>• Whirlpool mit Solewasser</li> </ul>
<b>Saunen:</b>	<p>gemischte Sauna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• automatische Aufgüsse in 20 Min-Takt</li> <li>• Finnische Sauna 80°</li> <li>• Finnische Trockensauna 90°</li> <li>• Sanarium 60° / 55% Luftfeuchtigkeit</li> <li>• Dampfbad</li> <li>• Kaltwasserbecken</li> <li>• 2 Erlebnis-Duschzonen</li> <li>• 2 Ruhezonen</li> <li>• Damen- und Herrentoiletten</li> <li>• geführte Aufgüsse nach Aufgussplan</li> </ul> <p>Damen-Sauna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sauna und Sanarium im Wechsel Mo, Do, Sa: Sauna 80° / 15 – 30% Luftfeuchtigkeit Di, Mi, Fr, So: Sanarium 60° / 50 – 55% Luftfeuchtigkeit</li> <li>• Dampfbad</li> <li>• Erlebnis-Duschzone</li> <li>• kleine Ruhezone</li> </ul>
<b>Wäscherei:</b>	hauseigene Wäscherei für Mietkleider
<b>Personalgarderobe:</b>	2 Garderoben mit Duschen, WC und Spiegellavabo
<b>Sicherheit:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sanitätsbare</li> <li>• Sanitätskoffer</li> <li>• Sauerstoffkoffer</li> <li>• AED-Defibrillationsgerät</li> </ul>
<b>Personal:</b>	ca. 34 Voll- und Teilzeitbeschäftigte
<b>Frequenzen:</b>	<p>Jahresfrequenzen ca. 300'000-350'000 Besucher</p> <p>Tagesfrequenzen ca. 700-1'200 Besucher</p>