

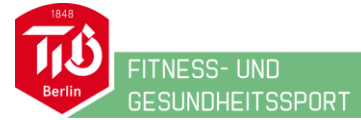
## Willkommen im Fitness-Studio der Turngemeinde in Berlin 1848 e.V.!

Wir begrüßen Sie herzlich im TiB-Sportzentrum und freuen uns, dass Sie sich für eine Mitgliedschaft bei uns entschieden haben! Um Ihnen den Einstieg zu erleichtern, möchten wir Ihnen einige wichtige Informationen mit auf den Weg geben:

- **Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 07:30 – 22:00 Uhr, Sa. und So. 9:00 – 20:00 Uhr**  
Innerhalb dieser Zeiten können Sie im Studio trainieren. Die Umkleiden, die Duschen sowie die Sauna stehen Ihnen danach weiter zur Verfügung (Mo-Fr bis 23:00 Uhr, Sa-So bis 22:00 Uhr).
- Sie erwerben mit ihrem Beitritt einen elektronischen **Mitgliedsausweis** in Form eines Armbandes. Bitte nutzen Sie diesen stets zum **Check-In/Check-Out** am Counter. Mit Ihrem Armband können sie die Garderobenschränke benutzen.
- Weiterhin erhalten Sie bei Ihrem Eingangsscheck einen **Wellness-Key**, Ihren persönlichen Zugang zum mywellness-System im Fitnessstudio. Bitte bringen Sie zu jedem Training Ihren Wellness-Key und ein Handtuch mit. Wenn Sie einen vereinbarten Termin nicht einhalten können, sagen Sie ihn bitte frühestmöglich ab.
- **Ein- und Auschecken** im Fitness-Studio mit dem Wellness-Key: vor jedem Training melden Sie sich mit ihrem Wellness-Key an den Terminals im Fitnessstudio an und nach Ende der Einheit wieder ab. Wir bitten Sie dies auch zu tun, wenn sie die Vorteile der Trainingssteuerung mit dem *mywellness-System* nur teilweise nutzen möchten (siehe Trainingsordnung). Falls Sie Ihren Wellness- -Key nicht dabei haben, sprechen Sie bitte unsere Mitarbeiter:Innen im Studio bzw. am Counter an. Wir helfen Ihnen dann gerne weiter. Weitere Informationen zum mywellness-System von Technogym erhalten Sie von unserem Team im Studio.
- Mit dieser Mappe erhalten Sie auch die **Trainingsordnung** für das Studio und die **Saunaordnung**. Bitte lesen Sie diese aufmerksam durch. Wir bitten um Beachtung und Einhaltung der Regeln.
- Wochentags von 16:00 – 20:00 Uhr und ganztägig am Wochenende können im Fitnessstudio Jugendliche ab 15 Jahren im Rahmen des **Teens-Studios** unter Anleitung trainieren.
- Bei Ihrem ersten Termin führen wir mit Ihnen einen **Eingangsscheck** durch. Dabei verschaffen wir uns einen Überblick über Ihren Fitnessstand, nehmen Ihre Daten auf und beginnen mit der Trainingsplanung. Bei Ihrem zweiten Besuch erhalten Sie Ihren **individuellen Trainingsplan**. Bitte beginnen Sie erst dann mit dem Training an den Geräten, um eine sachgerechte Handhabung der Maschinen sicherzustellen und um Verletzungen vorzubeugen.

Viel Erfolg beim Training wünscht das Team der TiB!

# Beratungsprotokoll



Interessent: \_\_\_\_\_

Mitarbeiter, Datum: \_\_\_\_\_

Das Fitness- und Gesundheitsstudio bietet allen Interessierten die Möglichkeit in einem professionellen Rahmen seine persönliche körperliche Fitness zu entwickeln und zu erhalten.

Für die Aufnahme im Fitnessstudio sind einige Voraussetzungen zu beachten.

Deshalb bitten wir Dich, die folgenden Zeilen aufmerksam zu lesen.

- In einem ersten Informationsgespräch erläutern unsere Trainer, was Dich im Verein und speziell im Fitness- und Gesundheitsstudio erwartet. Wie funktioniert der Verein, wie wird man Mitglied, welche Pflichten entstehen daraus und was kann ich im Rahmen der Mitgliedschaft nutzen.
- Was bieten wir\*:
  - o Ausführliche Anamnese mit Eingangs-/Fitnessstest und Geräteeinweisung
  - o Trainieren an professionellen Fitnessgeräten
  - o Fachliche Betreuung der Trainingsfläche während der Öffnungszeiten
  - o Feedbackgespräche, Trainingsplanerstellung und -anpassung
  - o Jederzeitige Nutzung des KI-gestützten Checkup
- Was können wir nicht leisten/ermöglichen
  - o Personal Training auch mit eigenem(r) Trainer(in)
  - o Betreuung von Personen, die an den Geräten nicht selbstständig trainieren können
  - o Training mit einer Reha-Verordnung
  - o Das Aufdecken gesundheitlicher Risiken im sportmedizinischen Sinn
- Was wir empfehlen
  - o Eine Untersuchung der allgemeinen Sporttauglichkeit bzw. die Einholung einer Sportfähigkeitsbescheinigung
  - o Einen sportmedizinischen Check-Up in einer entsprechenden Einrichtung (oft zahlen das die Kassen)
    - Nach einer längeren Sportpause
    - Nach überstandener Krankheit/OP oder Verletzung etc.
    - Wenn Risikofaktoren vorhanden
    - Gern auch wiederkehrend

\*Die Abteilung erhebt aufgrund eines Mitgliederbeschlusses vom 01.11.2025 eine einmalige Studiogebühr in Höhe von 125,-€. Der Betrag ist sofort bei Abgabe des Eintrittsformulars am Counter zu entrichten (EC, Kreditkarte, GooglePay, ApplePay, Bar).

Das frühzeitige Erkennen von Risiken und/oder Erkrankungen ermöglicht rechtzeitiges Gegensteuern, denn Sporttreiben ist per se keine Garantie für einen risikofreien Gesundheitszustand. Es ist auch zu beachten, dass bestimmte Erkrankungen den Besuch der Sauna ausschließen.

Der Trainer wird im Laufe des Aufnahmeverfahrens die körperlichen und gesundheitlichen Voraussetzungen auf Grund Deiner wahrheitsgemäßen Angaben in Erfahrung bringen und beurteilen. Er ist berechtigt und angehalten, Dir in begründeten Fällen das Training im Fitnessstudio nicht zu empfehlen und es nicht zuzulassen.

Das Fitness- und Gesundheitsstudio der Abteilung ist keine Reha-Einrichtung. Die Trainer verfügen über keine medizinische Ausbildung. Personen, die aufgrund ihrer Einschränkungen nicht im Fitness- und Gesundheitsstudio der TiB trainieren können, haben die Möglichkeit, sich an fachspezifische Einrichtungen zu wenden.

Für Personengruppen mit einer Reha-Verordnung Orthopädie oder Innere Medizin (Lungensport) bieten wir im Sportzentrum spezielle Kurse an.

Mit dem sorgsamem und gewissenhaften Vorgehen wollen wir mit Dir gemeinsam das für Dich bestmögliche Ergebnis erzielen.

Mit meiner Unterschrift bestätige ich das Vorstehende gelesen, verstanden und akzeptiert zu haben.

Berlin, \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Beitragsübersicht

ab 01.03.2026



SPORTZENTRUM

## TiB-Mitgliedschaft in der Abteilung Fitness & Gesundheitssport

Einfach (Kurse <u>oder</u> Studio <sup>***</sup> )		Erweitert (Kurse <u>und</u> Studio <sup>***</sup> )	
monatlicher Mitgliedsbeitrag		monatlicher Mitgliedsbeitrag	
Erwachsene	41,50 EUR	Erwachsene	61,00 EUR
Erwachsene ermäßigt*	37,00 EUR	Erwachsene ermäßigt*	52,00 EUR
Paarbeitrag** je 38,50 EUR	77,00 EUR	Paarbeitrag** je 55,00 EUR	110,00 EUR
Familienbeitrag**	84,00 EUR		
Kinder & Jugendliche	24,50 EUR		
einmalige Aufnahmegebühr		einmalige Aufnahmegebühr	
Erwachsene	25,- EUR	Erwachsene	25,- EUR
Kinder und Jugendliche	15,- EUR		
Studiogebühr (einmalig)	125,- EUR	Studiogebühr (einmalig)	125,- EUR

## TiB-Anschlussmitgliedschaft in der Abteilung Fitness & Gesundheitssport

Einfach (Kurse <u>oder</u> Studio <sup>***</sup> )		Erweitert (Kurse <u>und</u> Studio <sup>***</sup> )	
monatlicher Mitgliedsbeitrag		monatlicher Mitgliedsbeitrag	
Erwachsene	30,50 EUR	Erwachsene	50,00 EUR
Erwachsene ermäßigt*	26,00 EUR	Erwachsene ermäßigt*	41,00 EUR
Paarbeitrag** je 27,50 EUR	55,00 EUR	Paarbeitrag** je 44,00 EUR	88,00 EUR
Familienbeitrag**	62,00 EUR		
Kinder & Jugendliche	19,50 EUR		
einmalige Aufnahmegebühr		einmalige Aufnahmegebühr	
Erwachsene	13,- EUR	Erwachsene	13,- EUR
Kinder und Jugendliche	3,- EUR		
Studiogebühr (einmalig)	125,- EUR	Studiogebühr (einmalig)	125,- EUR

## Tageskarten und Zehnerkarten für Gäste (gültig 6 Monate)

Tageskarten für Erwachsene		Zehnerkarten für Erwachsene	
Tageskarte für Kurse	16,- EUR	10er Karte für Kurse	140,- EUR
Tageskarte für Fitness-Studio	21,- EUR		
		10er Karte Kurse für Studiomitglieder	55,- EUR

Die Saunanutzung ist für Mitglieder kostenfrei im Beitrag enthalten (kein Rechtsanspruch)

\* Ermäßigungen werden nur nach entsprechendem Nachweis (Schüler, Studenten, Auszubildene bis zum vollendeten 25. Lebensjahr und Bürgergeld) gewährt

\*\* Paar- und Familienbeiträge nur bei gleicher Wohnanschrift und gleicher Kontoverbindung

\*\*\* 15,- Euro Pfand für den Wellness-Key zu entrichten

Öffnungszeiten:

**Sportzentrum:** Montag bis Freitag 7.30 - 23.30 Uhr; Samstag 8.30 - 22.30 Uhr, Sonntag 8.30 - 22.30 Uhr

**Fitness-Studio:** Montag bis Freitag 7.30 - 22.00 Uhr; Samstag & Sonntag 9.00 - 20.00 Uhr

Kontakt:

Turngemeinde in Berlin 1848 e. V. - TiB-Sportzentrum - Columbiadamm 111 - 10965 Berlin

Tel.: (0 30) 61 10 10 20

www.tib1848ev.de

# **BEDINGUNGEN FÜR EINE MITGLIEDSCHAFT IN DER ABTEILUNG FITNESS- UND GESUNDHEITSSPORT**

**Um das Angebot im TiB-Sportzentrum regelmäßig in Anspruch nehmen zu können,  
ist die Vereinsmitgliedschaft in der Turngemeinde in Berlin 1848 e. V. (TiB),  
Abteilung Fitness- und Gesundheitssport, erforderlich.**

## **Dabei gibt es zwei Möglichkeiten:**

### **1. Einfache Mitgliedschaft**

**Die einfache Mitgliedschaft berechtigt zur Teilnahme an allen Kursen oder zum Besuch des Fitness-Studios für Erwachsene.**

- Der Mitgliedsbeitrag beträgt für einen Erwachsenen 41,50 € pro Monat, die Aufnahmegebühr 25,00 €. Alle Mitglieder erhalten ein Mitgliedsarmband für einmalig 5,00 €. Fitness-Studio-Mitglieder erhalten einen Wellness-Key für 15,00 € Pfand. Diese werden gemeinsam mit dem Beitrag fällig. Für die Studiomitgliedschaft ist im Infogespräch (bei Abschluss der Mitgliedschaft) eine einmalige Studiogebühr i.H.v. 125,-€ in bar/per Kartenzahlung am Counter zu entrichten. Für den Abschluss einer Mitgliedschaft im Fitness-Studio ist ein Info-Termin obligatorisch.

### **2. Erweiterte Mitgliedschaft**

**Die erweiterte Mitgliedschaft berechtigt zur Nutzung des Fitness-Studios und zur Teilnahme an allen Kursen.**

- Der Mitgliedsbeitrag beträgt für einen Erwachsenen 61,00 € pro Monat mit einer Aufnahmegebühr von 25,00 €. Sie erwerben ein Mitgliedsarmband für einmalig 5,00 € und für den Wellness-Key wird ein Pfand in Höhe von 15,00 € erhoben. Beides wird gemeinsam mit dem Beitrag fällig. Zusätzlich ist im Infogespräch (bei Abschluss der Mitgliedschaft) eine einmalige Studiogebühr i.H.v. 125,-€ in bar/per Kartenzahlung am Counter zu entrichten. Für den Abschluss einer Mitgliedschaft im Fitness-Studio ist ein Info-Termin obligatorisch.

## **Probetraining:**

- Kurse: Mit dem 8-Tage-Gästepass können an acht aufeinanderfolgenden Tagen alle Kurse getestet werden. Danach ist die Teilnahme an Kursen nur möglich, wenn eine Vereinsmitgliedschaft in der TiB, Abteilung Fitness & Gesundheit, abgeschlossen wird oder über eine Tages-/Zehnerkarte.
- Fitness-Studio: Trainingserfahrene können jederzeit ein Probetraining mit einer Tageskarte (21,-€) ohne Trainer absolvieren. Für Trainingsunerfahrene ist ein Probetraining nur mit Trainer über eine Tageskarte (21,-€) möglich (Termin erforderlich).

## **Allgemeines zur Mitgliedschaft:**

- Die Eintrittserklärung ist ausgefüllt und unterschrieben am Counter abzugeben.
- Der Beitrag wird gemäß TiB-Satzung und auf Grund des erteilten SEPA-Lastschriftmandates quartalsweise bzw. halb- oder ganzjährig eingezogen. Wird eine Zahlung per Überweisung gewünscht, ist der gesamte Jahresbeitrag (für Kinder Halbjahresbeitrag) im Voraus zu entrichten.

Die Kündigungsfrist für Erwachsene beträgt laut TiB-Satzung drei Monate zum Jahresende, für Kinder und Jugendliche einen Monat zum 30. Juni oder 31. Dezember. Die Austrittserklärung ist unter Beachtung der Kündigungsfrist schriftlich oder in bestätigter Textform (bei E-Mail mit Lesebestätigung) an die Geschäftsstelle der TiB zu richten.

- Für Kinder/Jgdl., Paare und Familien gelten ermäßigte Mitgliedsbeiträge. Für Teilnehmende am FSJ und vergleichbaren Diensten, Schüler:innen, Studierende, Praktikant:innen und Auszubildende gelten bis zum vollendeten 25. Lebensjahr bei entsprechendem Nachweis ermäßigte Beiträge. Erwachsene, die Bürgergeld (ehem. ALG II) beziehen, müssen dies mit einem Dokument vom Jobcenter bestätigen.

**Wir weisen darauf hin, dass gemäß Vereinssatzung, eine vorzeitige Kündigung der Mitgliedschaft aufgrund von Erkrankungen nicht möglich ist. Dies gilt ebenso für Schwangerschaften.**

# Trainingsordnung - Fitness-Studio

- Alle Mitglieder/Nutzer müssen sich vorab am Counter ein- und nach dem Sport auch wieder auschecken.
- Das Training im gesamten Sportzentrum erfolgt auf eigene Gefahr.
- Das Training im Studio richtet sich ausschließlich an Personen, die körperlich in der Lage sind, ohne ärztliche oder therapeutische Aufsicht zu trainieren.
- Das Mitführen oder die Nutzung medizinischer Zusatzgeräte (z. B. Sauerstoffgeräte, Rollatoren, Rollstühle oder ähnliche Hilfsmittel) ist im Trainingsbereich aus Sicherheitsgründen nicht gestattet.
- Das Studio verfügt über kein medizinisch geschultes Fachpersonal und ist nicht für rehabilitatives oder therapeutisch begleitetes Training ausgestattet.
- Den Anweisungen des Personals ist Folge zu leisten.
- Beim Betreten des Fitness-Studios müssen Sie sich am Wellness-Expert mit dem Technogym-Wellness-Key einchecken (anmelden) und beim Verlassen wieder auschecken (abmelden).
- Das Betreten des Fitness-Studios außerhalb der Öffnungszeiten (siehe Aushang) ist nicht gestattet.
- Das Training an den Geräten ist in Ihrem eigenen Interesse nur nach vorheriger Einweisung durch einen Fitnesstrainer erwünscht (bitte vereinbaren Sie dafür einen Termin).
- Die Durchführung eines privaten Personal-Trainings ist im Studio nicht erlaubt.
- Für Personen mit körperlichen und geistigen Einschränkungen, die nicht eigenständig trainieren können, ist die Nutzung des Fitnessstudios und seiner Geräte nicht erlaubt. Die Entscheidung trifft die Studioleitung.
- Es wird empfohlen, vor dem ersten Training oder nach einer längeren Trainingspause eine ärztliche Sporttauglichkeit einzuholen (Trainierenden über 50 Jahren wird ein Belastungs-EKG empfohlen).
- Der Zutritt für Kinder unter 15 Jahren ist untersagt. Jugendliche unter 18 Jahren dürfen das Training nur in Begleitung eines Trainers aufnehmen.
- Das Training im Fitness-Studio ist nur in sauberen, festen Indoor-Sportschuhen und funktioneller Sportkleidung gestattet.
- Zum Schutz der Geräte ist beim Training ein ausreichend großes Handtuch unterzulegen (Verleih gegen Gebühr am Counter).
- Bei Bedarf von anderen Sportlerinnen/Sportlern sind die Trainingsgeräte nach einer Serie/Satz freizugeben (abwechselnd trainieren)! Trainingsgeräte dürfen ausschließlich vom TIB-Trainerpersonal z.B. für Trainingseinweisungen reserviert werden.
- Im Interesse aller Mitglieder ist das Training an den Ausdauergeräten bei großem Andrang pro Gerät selbständig auf 30 Minuten zu begrenzen.
- Die Kardiogeräte sind nach Benutzung mit dem bereitstehenden Reinigungsmittel zu reinigen.
- Offene Getränkebehälter und Glasflaschen sind im Studio nicht gestattet.
- Das Betreten des Studios unter Einfluss von Alkohol, Drogen und/oder sonstigen Betäubungs- und Rauschmitteln ist untersagt.
- Der Gebrauch von Mobiltelefonen zur Erreichbarkeit ist im Studio erlaubt. Gespräche müssen jedoch im Interesse aller Mitglieder außerhalb des Trainingsbereichs geführt werden.
- Alle Mitglieder und Gäste sollen sich im Studio respektvoll und fair verhalten. Diskriminierung, rassistische oder beleidigende Äußerungen sowie jede Form von sexueller Belästigung werden nicht toleriert.

## Weitere Informationen, Adressen und Kontakte

### Öffnungszeiten Sportzentrum:

Mo-Fr ab 07:30 – 23:30 Uhr

Sa, So ab 08:30 – 22:30 Uhr

### Öffnungszeiten Fitnessstudio:

Mo-Fr ab 07:30 – 22:00 Uhr

Sa, So ab 09:00 – 20:00 Uhr

## Geschäftsstelle des Vereins (2. OG)

### Sekretariat:

Manuela Grünberg

Email: [manuela.gruenberg@tib1848ev.de](mailto:manuela.gruenberg@tib1848ev.de)

Tel.: 030 - 61 10 10 13

### Mitgliederverwaltung, alles rund um Deine Mitgliedschaft:

Clara Dobrowolski

Email: [mitglieder@tib1848ev.de](mailto:mitglieder@tib1848ev.de)

Tel.: 030 – 61 10 10 -30 (31)

## Reha-Sport in der TiB

Nach Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates, Operationen oder Lungenerkrankungen kann man sich vom Facharzt ohne zusätzliche Kosten verschreiben lassen (nach § 44 SGB IX, Formular 56)!

### Ansprechpartner

Bettina Blanckmeister

Email: [reha@tib1848ev.de](mailto:reha@tib1848ev.de)

Tel.: 030-61 10 10 24

Telefonische Beratungszeiten: Di 15-18 Uhr

## Das volle Paket Sport und Service

- ➔ Kursprogramm mit über 120 Kursen von Rückenfitness über Yoga, Pilates, Dance usw. sowie Kindersport
- ➔ Tennis & Badminton-Halle
  - Reservierungen über [gotcourts.com](http://gotcourts.com)
  - Verleih von Schlägern und Schuhen
- ➔ Fitnessbar, Eiweißshakes, Fitnessriegel und -drinks
- ➔ Shop für Tennis und Badminton-Equipment
- ➔ Bio- und finnische Sauna für Mitglieder und Gäste des Sportzentrums
- ➔ Bistro, kleine Snacks und Drinks 7 Tage die Woche in gepflegter Atmosphäre



### Kontakt für weitere Informationen

Counter im TiB-Sportzentrum unter 030-61 10 10 20