

update Fitness Teufen



# Teufen

... damit dein tägliches Training nicht durch schlechtes Wetter getrübt wird. Erlebe Teufen von seiner bewegendsten Seite. Auf der Sonnenterrasse des Appenzellerlands ist kein Tag so grau, um nicht dennoch aktiv zu sein.



**Bewegung und Entspannung für Alt und Jung.  
Ein motiviertes Team berät und begleitet dich.**



- 700 m<sup>2</sup> zum Bewegen und Trainieren
- Modernste Geräte mit TV-Übertragung
- Kompetente Betreuung
- 365 Tage im Jahr geöffnet
- Kinderhort

# Teufen

## Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 9.00 - 21.30

Samstag, Sonntag und Feiertage 9.00 - 14.00

update Fitness • SGZ-Sport- und Gesundheitszentrum/Landhausstr. 1a • 9053 Teufen • Telefon 071 333 44 80

[www.update-fitness.ch](http://www.update-fitness.ch) ⓘ 071 333 44 80