

The image features a dark red banner in the top right corner containing the Inbal Jerusalem Hotel logo and name. The background is a warm-toned photograph of two rolled-up white towels in a wooden tray, with a branch of red flowers in the upper left. The entire scene is framed by a thin gold border.

 **Inbal**  
Inbal Jerusalem Hotel

Health Club



Home  
isn't just a place  
it's a feeling

Liberty Bell Park, 3 Jabotinsky Street, Jerusalem 92145  
[WWW.INBALHOTEL.COM](http://WWW.INBALHOTEL.COM) | 02-675-6609 | [spa@inbalhotel.com](mailto:spa@inbalhotel.com)

## HEALTH CLUB

The health club of the Inbal hotel is one of the leading health clubs in Jerusalem. Its elegance and luxurious settings inspire peace and tranquility. The Semi Olympic swimming pool is covered and heated during the winter and open during the summer thus enabling year round access.

Treatment rooms at the SPA are designed in clean lines and soft colors inducing calm and serenity. The SPA offers a wide variety of treatments and massages, from Swedish, deep tissue and four hand massages, to warm aromatic oils, hot shells, Thai and hot stone massages as well as facial treatments and romantic treatments for couples. The wet and dry sauna and the cozy relaxation area present the perfect place to unwind.

The hotel gym is equipped with state of the art work out machines from Techno Gym including treadmills with touch screen televisions, abdominal crunch machines, cross, fitness bicycles, lat machines, chest pressers and free weights.

Our health club offers exercise classes such as Pilates, water gym, aerobics and body sculpting. Private fitness lessons and private swimming lessons are also available. The timetable for exercise classes is available at the SPA reception desk.

All treatments and classes are provided by professional, trained staff.



The hotel's health club is a member of the International SPA association.



### Summer opening hours

Daily: 06:30 - 21:00  
Fridays: 06:30 - 18:00  
Saturdays: 07:00 - 19:00

### Winter opening hours

Daily: 06:30 - 21:00  
Fridays: 06:30 - 17:00  
Saturdays: 07:00 - 18:00



## HEALTH CLUB REGULATIONS INBAL HOTEL

For the purpose of this document, the name “Health club” relates to the following areas in the hotel: swimming pool and all the surrounding paved areas, the lockers, massage rooms, fitness room, the saunas, relaxation areas, showers and bathrooms.

Guests as well as members of the club are bound by the following regulations:

- The number of club members will be restricted and determined by the hotel management.
- Applicants will be approved by an internal committee.
- Approved applicants will receive a membership card.
- The membership card is personal and not transferrable.
- Membership will be granted only upon medical authorization attesting to the physical fitness of the applicant. The medical authorization is valid for one year but the member is required to report any change to his/her physical well-being. A passport photo is needed for registration.
- Opening times for the Health Club will be determined by the hotel and published accordingly.
- The use of the pool/fitness center is subject to the presence of a lifeguard and health club instructor, hence limited to operating hours.
- Club members and guests are obliged to adhere to safety regulations and to the instructions of the lifeguard and /or health club instructor.
- Children and members who cannot swim will not be allowed in the deep end of the pool.



- The hotel management reserves the right to revoke a membership in the event the member does not adhere to the instructions in this document or behaves in a manner the hotel management deems inappropriate.
- During autumn and in the spring, the Health club closes for a non refundable period of 10 days, for repairs and renovations.
- The Inbal hotel management will not be responsible for damage or loss of personal items in the pool or health club areas.
- Food & Beverage items, glass, electronic devices and animals are prohibited from entering the health club area.
- Each member or hotel guest is entitled to receive two towels upon entering the health club area.
- The television sets in the aerobic workout machines, require headphones which are in place. They may also be privately brought in by the club member.
- Club members and hotel guests are entitled to a locker and key upon availability. The key and the locker will be given for a fee. The fee will be decided upon by the hotel management and will be subject to change.
- Loss of key to the locker will be charged.
- Club members are obligated to vacate their locker immediately upon the expiration of their membership and return the key. Should a member fail to comply, belongings will be vacated from the locker. Said belongings will be kept in the security department for three months and then donated to charity.
- Club Members are allowed to bring guests to the health club subject to hotel management discretion and a set fee.
- Parking in the hotel is upon availability and at a fee. Members receive a special monthly rate that will be determined by the hotel management and will be subject to periodical change.
- The car park may close from time to time for security reasons or due to large conferences and events at the hotel. Club members will not be entitled to any kind of refund on these occasions.
- Pool members are prohibited from passing through hotel executive offices on their way to the car park.
- The management reserves the right to make periodical changes to these regulations. The changes will obligate the members from the day they will be integrated in this document.

# MEMBERSHIP PRICE LIST 2015-2016\*

	Monthly		3 Month		6 Month		Year	
	Including Sat.	Not including Sat.	Including Sat.	Not including Sat.	Including Sat.	Not including Sat.	Including Sat.	Not including Sat.
Single	1,320	1,110	3,050	2,570	5,570	4,670	8,540	7,200
Couple	2,130	1,850	4,970	4,250	9,040	7,750	14,140	11,840
Member's Child	830	770	1,730	1,550	2,180	1,820	3,420	2,860
Child	1,080	950	2,330	2,050	3,860	3,310	6,040	5,020

\*All prices are in NIS

Child - Age 3-18.

One day midweek child/adult admission: 150 NIS.

One day admission on Shabbat child/adult: 200 NIS.

Guests of pool members are entitled to 25% discount on adults and 50% discount on children when purchasing a one day admission ticket.

Annual membership members only are entitled to a locker for 30 NIS per month and upon availability only.

Club members renewing their membership for another year are entitled to 10% discount.

Hotel parking is 150 NIS per month.

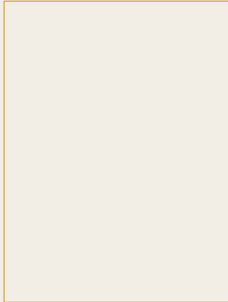
1. Children under the age of 3 can enter the spa and fitness center only if accompanied by an adult member.
2. Membership for a child between the ages of 3 and 12 can be purchased only in combination with an adult membership.
3. The members' discount to the pool for visitors only applies if the hosting member is physically present and accompanies his or her visitor.
4. Guests of hotel's guests receive a 50% discount on the entrance fee for every visitor, including children and adults. The duty manager will use his or her discretion regarding exemption from payment.
5. Please present your membership card when entering the spa.
6. A non-member accompanying a child will be charged a one-time entrance fee. The duty manager or spa manager will use his or her discretion regarding exemption from payment.







# PERSONAL INFORMATION



Type of membership: \_\_\_\_\_ Effective from: \_\_\_\_\_

Credit card number: \_\_\_\_\_

Expiration date: \_\_\_\_\_

First name: \_\_\_\_\_

Last name: \_\_\_\_\_

Address: \_\_\_\_\_

Phone number: \_\_\_\_\_

I.D. number: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Date of birth: \_\_\_\_\_

Comments \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_ Signature: \_\_\_\_\_

## Comments

Club members with a six month membership who wish to extend his/her membership for another six months will be entitled to 40% discount off their renewal membership.

A three month membership will be entitled to three months free membership when extending membership for an additional 6 months.

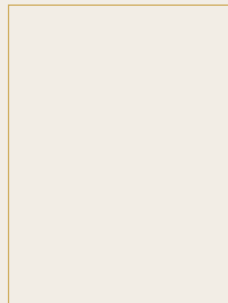
No “freeze” of membership will be allowed except under special circumstances with medical authorization for yearly members only. This is subject to the managements authorization and will be for a maximum period of 1 month.

Membership will be for a minimum period of 3 months.

Friends and guests of members are hereby obligated to follow the regulations as presented in this document.

# פרטים אישיים

סוג המנוי:	תחילת חברות:
כרטיס אשראי:	
תוקף:	
שם פרטי:	
שם משפחה:	
כתובת:	
טלפון:	
ת.ז:	
אימייל:	
תאריך לידה:	
הערות:	
תאריך:	חתימה:



## הערות

מנוי חצי שנתי אשר יאריך את תקופת חברותו בחצי שנה נוספת **ברצף**, יהיה זכאי ל- 40% הנחה על תקופת חברותו השנייה בלבד.

מנוי לשלושה חודשים המחדש את חברותו לשתי תקופות נוספות בנות שלושה חודשים כל אחת **וברצף**, יהיה זכאי לשלושה חודשי חברות נוספים ללא תשלום.

המנוי אינו ניתן "להקפאה". עם זאת למרות האמור לעיל, לרוכש מנוי שנתי תאושר הקפאה של עד חודש אחד בלבד, וזאת רק בתנאים מיוחדים (אישורים רפואיים וכדו') אשר ייבחנו על ידי הנהלת המלון.

חברים ואורחיהם מחויבים בשמירה על תקנון מועדון הבריאות. ההנהלה שומרת לעצמה את הזכות לביטול חברות במידה ולא יקויימו הוראות התקנון או במידה והתנהגות חבר תחרוג ממהותנהגות ההולמת את המלון.

## מחירון למנוי 2015-2016\*

שנתי		חצי שנה		3 חודשים		חודשי		
לא כולל שבת	כולל שבת	לא כולל שבת	כולל שבת	לא כולל שבת	כולל שבת	לא כולל שבת	כולל שבת	
7,200	8,540	4,670	5,570	2,570	3,050	1,110	1,320	יחיד
11,840	14,140	7,750	9,040	4,250	4,970	1,850	2,130	זוגי
2,860	3,420	1,820	2,180	1,550	1,730	770	830	ילד (של מנוי)
5,020	6,040	3,310	3,860	2,050	2,330	950	1,080	ילד

\* כל המחירים בש"ח

### ילד - גיל 3-18

מחיר כניסה חד פעמית באמצע שבוע ילד/מבוגר 150 ₪  
 מחיר כניסה חד פעמית בשבת ילד/מבוגר 200 ₪  
 אורח של מנוי זכאי להנחה על כניסה יומית 25% למבוגר ו- 50% לילד  
 מנויים שנתיים בלבד זכאים להשכיר ארונית מלתחה בחיוב של 360 ₪ לשנה  
 למשך השנה שבה הם מנויים ועל בסיס מקום פנוי  
 מנוי ותיק זכאי ל- 10% הנחה ברכישת מנוי לשנה בלבד  
 מחיר החנייה בחניון של המלון הינו 150 ₪ לחודש  
 בחודשים יולי ואוגוסט, יימכרו מנויים חודשיים בתעריף קיץ

- |  |  |
|--|--|
| <p>או במבוגר. שיקול הדעת לפטור מתשלום יהיה של מנהל תורן.</p> <p>5. כניסה של מנוי לספא תהיה עם הצגת כרטיס מנוי.</p> <p>6. כניסה של אדם שאינו מנוי על מנת ללוות ילד תחויב בכניסה חד פעמית. שיקול הדעת לפטור מתשלום יהיה של מנהל הספא או מנהל תורן.</p> | <p>1. כניסה של ילד מתחת לגיל 3 רק בליווי מנוי פעיל.</p> <p>2. ילד בגילי 3-12 יכול לעשות מנוי רק בצירוף של מנוי מבוגר.</p> <p>3. הנחת מנויים לכניסות לבריכה תתאפשר רק כאשר המנוי המארח נוכח פיזית ומלווה את אורחו.</p> <p>4. אורחים של אורחי מלון מקבלים 50% הנחה על כל אורח גם אם מדובר בילד</p> |
|--|--|



- חברים וילדים שאינם יודעים לשחות, לא יורשו להיכנס לתחום המים העמוקים בבריכה.
- הנהלת המלון תהא רשאית לבטל חברות במועדון במידה והחבר לא יפעל על פי הוראות התקנון ואו יתנהג בצורה שהנהלה מוצאת שאינה הולמת את בית המלון.
- בסתיו ובאביב ייסגר מועדון הבריאות להכנות ושיפוצים תקופתיים עד למשך של עשרה ימים בכל פעם. לא יינתן זיכוי עבור תקופות אלה.
- הנהלת המלון אינה אחראית על אובדן, נזק ואו גניבה של חפצים אישיים בכל מתחם מועדון הבריאות.
- אין להכניס לתחומי מועדון הבריאות בעלי חיים, כלי זכוכית, מקלט רדיו, מזון ומשקאות.
- כל מנוי זכאי לקבל שתי מגבות בכל ביקור.
- הטלוויזיות במכשירים האירוביים מחייבות שימוש באוזניות - במקום קיימות אוזניות או לחליפין ניתן להביא אוזניות פרטיות.
- חבר המועדון יהיה זכאי לקבל ארונית ומפתח על בסיס זמינות ותמורת תשלום נפרד שיקבע על ידי הנהלה ויהיה נתון לשינויים מעת לעת על פי החלטתה.
- אבדן מפתח לארונית בשימוש קבוע או על בסיס יומי, יחייב את המשתמש בתשלום שיקבע מראש.
- בר המועדון מתחייב לפנות את הארונית ולהחזיר את המפתח למלון מייד עם תום תקופת חברותו במועדון.
- במידה והחבר לא יפעל על פי הוראות אלה, תהא הנהלת המלון רשאית לפתוח את הארונית ולרוקנה מתכולתה וזו תשמר במחלקת הבטחון עד שלושה חודשים. בתום תקופה זו, תמסר תכולת הארונית לנזקקים.
- חברי המועדון יהיו רשאים, בכפוף לאישור הנהלת המלון, להכניס אורחים למועדון הבריאות כאשר האורחים משלמים דמי כניסה כפי שיקבעו מראש על ידי הנהלת המלון.
- החנייה במלון הינה על בסיס מקום פנוי ומחוייבת בתשלום. למנויים ינתן מחיר חודשי מיוחד אשר ייקבע על ידי הנהלה ויהיה נתון לשינוי מעת לעת בהחלטתה.
- החניון עלול להיסגר מעת לעת מסיבות בטחוניות או עקב כנסים וארועים גדולים במלון. עם זאת סגירת החניון לא תחייב את המלון בהחזר מסוג כלשהו למנויים.
- המעבר לחניון דרך משרדי הנהלה אסור בהחלט.
- הנהלת המלון שומרת לעצמה את הזכות לבצע שינויים מעת לעת בתקנון זה אשר יחייבו את חברי המועדון מיום הכנסתם לתקנון.

## תקנון מועדון הבריאות - מלון ענבל

האורחים כמו גם החברים במועדון הבריאות יהיו כפופים לתקנון זה:

- מספר החברים במועדון הבריאות של מלון ענבל הינו מוגבל ויקבע על ידי הנהלת המלון.
- המגיש בקשה להצטרפות למועדון הבריאות של מלון ענבל, יתקבל כחבר במועדון רק לאחר אישור ועדת הקבלה.
- מועמד שבקשתו להתקבל כחבר במועדון הבריאות תאושר, יקבל כרטיס חבר.
- כרטיס החבר הינו אישי ואינו ניתן להעברה.
- חברות במועדון תתאפשר רק לאחר חתימה על הצהרת בריאות ומסירת טופס רפואי מאושר על ידי רופא אשר יאשר את כשירותו לפעילות בחדר הכושר ובריכת השחייה. אישור זה יהיה תקף לשנה אחת. עם זאת, מתחייב החבר במועדון להודיע על כל שינוי שחל במצב בריאותו במשך שנה זו.
- בזמן הרישום יש להצטייד בתמונת פספורט.
- שעות הפעילות של מועדון הבריאות יקבעו על ידי הנהלת המלון ויפורסמו בהתאם.
- השימוש במועדון הבריאות ובכלל זה הבריכה, מותר רק בנוכחות מציל ומפעיל, ורק בשעות הפעילות.
- חברי המועדון מתחייבים להישמע להוראות המציל ומפעיל מועדון הבריאות בכל עת.

לצורך תקנון זה ועל מנת להסיר ספק - המינוח 'מועדון הבריאות' מתייחס לאיזורים הבאים:  
בריכת שחייה וכל השטח המרוצף והירוק שסביב לה, המלתחות, חדרי הטיפולים, חדר הכושר, איזור הסאונות, פינות המנוחה, מקלחות וחדרי שירותים.

# מועדון הבריאות

מועדון הבריאות של מלון ענבל הינו מהמתקדמים והמובילים בירושלים. המקום אלגנטי ומפנק והאווירה בו נעימה רכה ומרגיעה. בריכת השחייה היא חצי אולימפית מקורה ומחוממת בחודשי החורף ופתוחה בעונת הקיץ כך שניתן להשתמש בה בכל ימות השנה.

חדרי הטיפולים בספא מעוצבים בקווים נקיים המשרים אווירה של רוגע ושלווה. ניתן להזמין סוגי עיסוי מגוונים, מעיסוי שבדי קלאסי, עיסוי רקמות עמוק, עיסוי בארבע ידיים ועד טיפולי שמנים ארומטיים חמים, אבנים חמות, עיסוי תאילנדי, עיסוי עם קונכיות, טיפולי פנים קוסמטיים וטיפולים זוגיים באמבט קצף. במקום גם סאונה יבשה וסאונה רטובה, ופינות מנוחה מפנקות.

כל הטיפולים ניתנים על ידי מטפלים מוסמכים החברים באיגוד הספא העולמי. בחדר הכושר עומדים לרשות המבקר מאמני כושר מקצועיים, מיכשור של חברת טכנוג'ים מהמתקדמים בעולם, הליכונים בהם טלוויזיות אישיות עם מסך מגע, מודדי דופק, מרחק, עליה, מסלולים ותוכניות, כמו גם מכשירי אימון אליפטי, אופני כושר, משקולות ועוד.

במועדון הבריאות ניתנים שיעורים לעיצוב הגוף, והתעמלות במים. כמו כן ניתן להזמין שיעורי שחייה פרטיים ושיעורי כושר אישיים.

לוח זמנים לשיעורי ההתעמלות ניתן לקבל אצל פקידת הקבלה בספא. מועדון הבריאות של מלון ענבל מציע גם ימי כיף לקבוצות, לבודדים ולזוגות רומנטיים.

מועדון הבריאות של המלון הינו חבר באיגוד הספא העולמי



## שעות פתיחת המועדון בקיץ

א-ה: 6:30-21:00

ו': 6:30-18:00

שבת: 07:00-19:00

## שעות פתיחת המועדון בחורף

א-ה: 6:30-21:00

ו': 6:30-17:00

שבת: 07:00-18:00



Home  
isn't just a place  
it's a feeling

 **Inbal**  
Inbal Jerusalem Hotel



מועדון בריאות