

Preisliste Gym / Training

- funktionelles Training **frei**, mit den **großen Geräten von Joseph Pilates** und dem **totalgym**.
- verbesserte Körperwahrnehmung, mehr Kraft, bessere Kondition und geschmeidige Beweglichkeit
- erfahrene PhysiotherapeutInnen und TrainerInnen unterrichten individuell und konzentriert.
- angepasst an Ihre individuellen Fähigkeiten und unter Berücksichtigung von möglichen Problembereichen Ihres Bewegungsapparates.

Beginner-Karte 8B	
1. Termin zur Ermittlung Ihrer Stufe, zum Probetraining und zur Planung des Trainings	
2.-5. Termin instruiertes Personal-Training Solo-Basic (SB) , kombiniert mit Kategorie Fortgeschritten (je max.30 Min. = max. 60 Min gesamt)	
6.-8. Termin Konditionierung des Erlernten als Fortgeschritten (F)	205,00 €
Personal-Training Solo-Basic	
Einzeltermin → instruiertes Personal-Training Solo-Basic (SB) , kombiniert mit Kategorie Fortgeschritten (je max.30 Min. = max. 60 Min gesamt)	
Einzelkarte	40,00 €
3er Karte	113,50 €
10er Karte	367,50 €
Personal-Training Comfort	
Einzeltermin → instruiertes Personal-Training Solo-Basic (SB) , kombiniert als doppelte Zeiteinheit (= max. 60 Min gesamt)	
Einzelkarte	73,50 €
3er Karte	210,00 €
10er Karte	682,50 €
Fortgeschritten	
Eigenständiges Training Fortgeschritten F (= max. 60 Min gesamt)	
Termin zur Konditionierung des Erlernten	
Einzelkarte F	19,00 €
10er Karte 10F	166,00 €
20er Karte 20F	321,00 €
oder	
3-Monats Abonnement (ABO)	63,00 € pro Monat

Gültigkeit Karten → 3er: 1 Monat ab Kaufdatum / 10er : 3 Monate ab Kaufdatum / 20er : 6 Monate ab Kaufdatum
Karten sind zahlbar beim ersten Termin – Abo zahlbar per SEPA Lastschrift