



Preisliste Training und Assessment

Gültig ab 01.06.2024

Trainingsangebot

Halbtagespreis 08,00 €
Nutzung der Trainingsgeräte ½ Tag

Ganztagespreis 12,50 €
Nutzung der Trainingsgeräte Ganzer Tag

Mitgliedschaft (monatlich) 50,00 €
→ inkl. Beratungsgespräch
→ Einweisung der Geräte
→ inkl. Kursangebot
→ 10% Rabatt auf Massageleistungen
→ 10% Rabatt auf Trainerstunden

Kursangebote (in Mitgliedschaft enthalten)

Qigong 90,00 €
(10-er Terminreihe – ca.60Min Kursdauer)
ist eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist. Zur Praxis gehören Atemübungen, Körper- und Bewegungsübungen, Konzentrationsübungen und Meditationsübungen. Die Übungen sollen der Harmonisierung und Regulierung des Qi-Flusses im Körper dienen.

Progressive Muskelentspannung 135,00 €
(nach Jacobson - 10-er Terminreihe – ca 90 Minuten Kursdauer)
Durch die willentliche und bewusste An- und Entspannung bestimmter Muskelgruppen wird ein Zustand tiefer Entspannung im ganzen Körpers erreicht
Für unsere Mitglieder im Preis bereits mit inbegriffen - Schnupperkurse jederzeit möglich! Auch als Einzelkursreihe (10 Termine buchbar)

Weitere Angebote

Trainerstunde (Zeit: 30/60/90 Minuten) 50,00 € / 100,00 € / 150,00 €

Isometrische Kraftmessung manuell 30 Minuten 50,00 €
(inkl. interne Dokumentation)

Physiotherapeutisches Assessment 90 Minuten 150,00 €
(Statuserhebung/Screening zur Verbesserung der Alltagssituation(-en), des Trainings, der Therapie - inkl. Beratung, Planung, Umsetzung der Maßnahmen und Dokumentation)

Fahrservice (pro Termin)
(Fahrt zu Ihrem Termin in unserem Haus – nur Dienstag & Donnerstag verfügbar!)

Wertkarten Betrag frei wählbar
Gutscheine abhängig von Menge und Art der Leistung

Die Preise beziehen sich auf Bruttoleistungsminuten und inkludieren verschiedene Maßnahmen die für die Behandlung/Verwaltung unabdingbar sind wie z.B. die Dokumentation, Hygienemaßnahmen u.ä.; die direkte Anwendungs-/Betreuungszeit kann daher variieren.