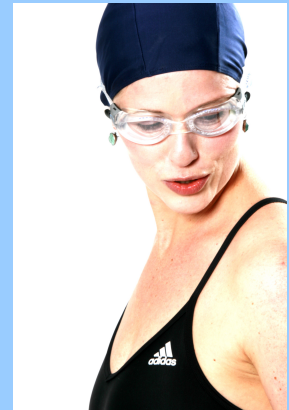


Preisliste Personal Training



Personal Training

Interview, Anamnese und Trainingsplanung, Zielplanung, individueller Trainingsplan, Vermittlung professioneller Trainingstechniken in der „ONE TO ONE“ Betreuung, incl. Anfahrten bis zu 10 Kilometer. Preise incl. MwSt.

Einzelstunde (60 min)	80,- €
10er Paket	750,- €
20er Paket	1.400,-€

Einzelstunde (90 min)	110,-€
10er Paket	1.050,-€
20er Paket	2.000,-€

Premium Abo

Ein individuelles Trainingsprogramm, abgestimmt auf Ihre Wünsche und terminlichen Möglichkeiten. Trainieren Sie 5 Mal wöchentlich von Montag bis Sonntag, zwischen 6 und 22 Uhr, mit Einheiten von 1-5 Stunden pro Tag. Ein abwechslungsreiches Sport-, Ernährungs- und Wellnessprogramm erwartet Sie.

Paketpreis/ monatlich	ab 5.000,- € (zzgl. MwSt.)
-----------------------	-------------------------------

Premium Plus Abo

Buchen Sie Ihren persönlichen Trainingscoach, der nur Sie täglich betreut und rund um die Uhr für Sie da ist. Das Paket beinhaltet persönliche periodische Trainingspläne, tägliches Training, Ernährungsberatung und Zubereitung der Mahlzeiten, mentales Training, Begleitung in den Urlaub, auf Tournee oder Geschäftsreisen.

Paketpreis/monatlich	ab 10.000,- € (zzgl. MwSt.)
----------------------	--------------------------------

Sabine Joost

Personal Trainerin (BDPT), Yogalehrerin (IYF/EYA)
Phone: 0049 (0) 541 958 738 1 www.Sabine-Joost@web.de