



# YOUR FITNESS COACH

Das Betreuungs- sowie Ihr persönliches Preiskonzept wird mit Ihnen abgestimmt. Anhand Ihres Budgets wird ein Gesundheits- und Fitnessprogramm erarbeitet, das Ihren Anforderungen, Voraussetzungen und Wünschen gerecht wird. Vereinbaren Sie ein unverbindliches Kennenlerngespräch, damit wir Ihnen ein individuelles Angebot erstellen können.

## Angebot & Preise

### *Starter-Paket*

#### ***Der perfekte Start in ein bewegtes Leben!***

- **Standortanalyse:** Gesundheitscheck, Körperanalyse und Check-up Test (90').
- Personal Training **12 Stunden** (bei Ihnen zu Hause oder draussen in der Natur).
- **2 Trainingspläne** für ein abwechslungsreiches und eigenständiges Training.
- **Erfolgskontrolle** (90').
- Die Testergebnisse und Erfolge werden grafisch zu hochwertigen Handouts aufbereitet.
- Inkl. **Wegpauschale** innerhalb von Bern.

**Fr. 2'880.-**

### *Lange Leine*

#### ***Personal Training an der langen Leine.***

- Personal Training **3 Stunden** (inkl. Gesundheitscheck).
- **Trainingsplan** für ein abwechslungsreiches und eigenständiges Training.
- Inkl. **Wegpauschale** innerhalb von Bern.

**Fr. 665.-**

**Personal Training Einzelstunde**, inkl. Wegpauschale

**Fr. 175.-**

**Ernährungscoaching** im laufenden Paket, Einzelstunde

**Fr. 140.-**

**Nutzen Sie die Gelegenheit zum Testen!**

**3 Personal Trainings** à 60 Minuten, inkl. Wegpauschale.

**Fr. 450.-**

**Fitness, Yoga & Entspannung**

**Personal Training, Doppelstunde**, inkl. Wegpauschale.

**Fr. 340.-**