

Training	Dauer	Preis/Person inkl. Ust.	
Individuelles Einzeltraining			
Personal Training 1:1	60 Min	€ 90	
Personal Training 1:1	45 Min	€ 76	
Personal Training 1:1	30 Min	€ 56	
Individuelles Training zu zweit – Partnertraining			
Personal Training 1:2	60 Min	€ 62	ca. 30% Ersparnis gegenüber Einzeltraining
Personal Training 1:2	45 Min	€ 50	
Personal Training 1:2	30 Min	€ 39	

Beratung	Dauer	Preis inkl. Ust.
Gesundheitsorientiertes Sportwissenschaftliches Beratungsgespräch	60 Min	€ 90
Gesundheitsorientiertes Sportwissenschaftliches Beratungsgespräch	45 Min	€ 76
Gesundheitsorientiertes Sportwissenschaftliches Beratungsgespräch	30 Min	€ 56

Leistungsdiagnostik	Dauer	Gesamtpreis inkl. Ust.
Muskelfunktionsdiagnostik: Gelenkbeweglichkeit, Kraftausdauerermessung Rumpfmuskulatur, FMS Screen	ca. 60 Min	€ 114
Muskelfunktionsdiagnostik: Gelenkbeweglichkeit, Kraftausdauerermessung Rumpfmuskulatur, Isometrische Muskelkraft-, und leistungsmessungen mit m3 diagnos professional	ca. 90 Min	€ 169
Laktatstufentest am Laufband oder Fahrradergometer/ inklusive Folgetest innerhalb eines Jahres	ca. 100 Min	€ 175/€ 330

Kursangebot	Dauer	Preis/Person inkl. Ust.	Gruppengröße
„Vielseitig bewegt“	10 Einheiten zu 75 Minuten	€ 100	12 – 20 Personen
Funktionelles Training/Rumpfttraining	10 Einheiten zu 60 Minuten	€ 100	12 – 15 Personen
Sturzpräventionstraining „Trittsicher und aktiv“	12 Einheiten zu 50 Minuten	Kostenlos da Finanzierung durch öGK, BVAEB, SVS und Vorsorgemittel der Bundesgesundheitsagentur	

Massage	Dauer	Preis/Person inkl. Ust.
Klassische Massage	60 Min	€ 73
	45 Min	€ 62
	30 Min	€ 46
Segmentmassage	60 Min	€ 73
	45 Min	€ 62
	30 Min	€ 46
Bindegewebsmassage	60 Min	€ 73
	45 Min	€ 62
	30 Min	€ 46
Fußreflexzonenmassage	60 Min	€ 73
	45 Min	€ 62
	30 Min	€ 46
Manuelle Lymphdrainage	60 Min	€ 73
	45 Min	€ 62
	30 Min	€ 46