

Prislista

Prislista pr. 16 apr 2013

Personlig träning/kostrådgivning/rörelse och smärtaundersökning

30 min personlig träning		425 kr.
1 timmar personlig träning		850 kr.
6 timmar personlig träning	Ordinarie pris 5.100 kr.	3.995 kr.
12 timmar personlig träning	Ordinarie pris 10.200 kr.	7.995 kr.

Jag kommer först att gå igenom en screeningprocess, för att fastslå din utgångspunkt. Screeningen tar en timme och ger en komplett bild av din kropps funktionsnivå, samt avslöjar dolda svagheter, hjälper till att bygga upp kroppens naturliga rörelsebanor, maximera din potential och förhindra skador.

Personlig träning online

Screeningprocess, personlig träning & 8 veckors kost omvandlingsprocess		2.500 kr.
Personlig träning & 8 veckors kost omvandlingsprocess		1.800 kr.
8 veckors kost omvandlingsprocess		1.000 kr.
Personlig träning		800 kr.

Personlig gruppträning

Kettelbells (träningsstudio Nionde)	kräver medlemskap	
Peak Movement		2.375 kr.

Föredrag & Workshops

Fitness Update 2.0 (45 min.)	Ring för prisuppgifter	
10 nya vanor (45 min.)	Ring för prisuppgifter	
Maximera din muskeltillväxt (45 min.)	Ring för prisuppgifter	
Kettlebell Essentials (3 timmar)		750 kr.
Peak Performance Essentials (3 timmar)		750 kr.
10 nya vanor 2.0 (3 timmar)		750 kr.

Företagspass & Hälsa-test

Företagspass, 8 gånger	450 kr. per timme	3.600 kr.
Företagspass, 16 gånger	400 kr. per timme	6.400 kr.
Företagspass, 32 gånger	350 kr. per timme	11.200 kr.

Hälsa-test, 1 timme pr. person		850 kr.
--------------------------------	--	---------

Alla priser är inklusive moms.