

## Preisliste:

10er Karte Gerätetraining: 70€

Jahreskarte Gerätetraining: 320€

Erstellung Trainingsplan (1 Stunde): 80€

Functional-Training Kurs (10 Einheiten): 110€

Senioren Gymnastik (10 Einheiten): 100€

Senioren Sitzgymnastik (10 Einheiten): 90€

Pilates (10 Einheiten): 120€

Beckenboden-Kurs (10 Einheiten): 120€

Folgende Kurse werden von externen Trainerinnen angeboten. Für weitere Fragen bitte die Trainerinnen direkt kontaktieren.

Starke Frauen, Rücken meets Core, Osteoporoseprophylaxe,  
Brasils → [barbara.posekany@web.de](mailto:barbara.posekany@web.de)

Yoga → [beate@beudeker.de](mailto:beate@beudeker.de) oder 015776411970

PT-Lounge → [info@ptlounge-heitersheim.de](mailto:info@ptlounge-heitersheim.de) oder 07634 3572908