

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 Trainierinnen direkt kontaktieren.

Starke Frauen, Rücken meets Core, Osteoporoseprophylaxe,
Brasils → barbara.posekany@web.de

Yoga → beate@beudeker.de oder 015776411970

PT-Lounge → info@ptlounge-heitersheim.de oder 07634 3572908