

Preisliste Personaltraining und Vertrag gültig ab 1. Juni 2017

Personal Training

<input type="checkbox"/> 10er-Abo (gültig 12 Monate)	Fr. 950.— (10 Std.)
<input type="checkbox"/> Einzelbetreuung	Fr. 120.— / Std.
<input type="checkbox"/> Gruppenbetreuung (2 Personen)	Fr. 75.— pro Person / Std.
<input type="checkbox"/> Gruppenbetreuung (3 Personen)	Fr. 60.— pro Person / Std.
<input type="checkbox"/> Gruppenbetreuung (4 Personen)	Fr. 50.— pro Person / Std.
<input type="checkbox"/> Gruppen-Abo	Auf Anfrage
<input type="checkbox"/> Halbtagespauschale (4 Std.)	Fr. 380.—
<input type="checkbox"/> Tagespauschale (max. 8 Std.) Seminare und Vorträge	Fr. 700.—

Kanu- und SUP Kurse

Kursmodul	Mit eigenem Material	Ohne eigenem Material
<input type="checkbox"/> Einsteigerkurs 3 mal 90 Minuten	Fr. 390.-	Fr. 445.-
<input type="checkbox"/> Fortgeschrittenenkurs 3 mal 90 Minuten	Fr. 390.-	Fr. 445.-
<input type="checkbox"/> Gruppenbetreuung (2 Personen)	Fr. 265.- pro Person	Fr. 320.- pro Person
<input type="checkbox"/> Gruppenbetreuung (3 Personen)	Fr. 220.- pro Person	Fr. 275.- pro Person
Spezifischen Angebote auf Anfrage		

Jahresplanung für Ausdauersportarten

Das ist inbegriffen:

Erfassung des Ist-Zustandes, Erfassung der geplanten Wettkämpfe, persönliche Jahresperiodisierung, Beispieltrainings für die einzelnen Trainingsphasen, Beispiel Wochenpläne für alle Trainingsphasen inkl. Besprechungen.

- Einfachperiodisierung: Fr. 800.—
- Mehrfachperiodisierung: Fr. 980.—

Das ist nicht inbegriffen:

Leistungsdiagnostik, z:B. Fact-Tests (Lactat-Stufen-Tests), falls sie für die Planung erforderlich sind. Wöchentliche Trainingspläne (zusätzlich den Beispieltrainingsplänen für die einzelnen Trainingsphasen), dieser werden gerne erstellt, und nach Aufwand verrechnet.

Ernährungsanalyse und -Empfehlung auf Anfrage

Fett-%-Messung (Hautfaltenmessung) Fr. 20.—

Die Fahrzeit wird als Arbeitszeit verrechnet, sofern der gewünschte Betreuungsort weiter als 6 km vom Stadtzentrum von Schaffhausen liegt.

4U 4Sport GmbH
Thomas „Tom“ Gasser

Ich erkläre mich mit den allgemeinen Geschäftsbedingungen von 4U 4Sport GmbH,
einverstanden.

Name/Vorname:

Strasse:

PLZ/Wohnort:

Zahlungsart: Einzahlungsschein Bar

Ort/Datum:

Ort/Datum: Kunde: Thomas Gasser
