

CENNIK

obowiązuje od 01.11.2018

KARNETY		1 m-c	Umowa 3 m-ce	Umowa 6 m-cy	Umowa 12 m-cy
			2 tyg zawieszenia,	4 tyg zawieszenia, konsultacja dietetyczna	8 tyg zawieszenia, konsultacja dietetyczna
KARNET OPEN POŁUDNIOWY w godz. 12:00 - 17:00	siłownia, cardio, sauna, fitness, spinning	79 zł	59 zł	x	x
KARNET OPEN PORANNY do godz. 15:00	siłownia, cardio, sauna, fitness, spinning	109 zł	99 zł	99 zł	99 zł
KARNET FITNESS	2 godz zajęć fitness lub spinning w tygodniu	109 zł	99 zł	99 zł	99 zł
KARNET OPEN całodzienny	siłownia, cardio, sauna, fitness, spinning	159 zł	149 zł	139 zł	129 zł
KARNET OPEN RODZINA całodzienny dla 2-ch osób (mąż-żona, brat-siostra, rodzic-dziecko)	siłownia, cardio, sauna, fitness, spinning	310 zł	295 zł	260 zł	220 zł
STUDENT / UCZEŃ do 26 roku życia	dotyczy karnetu Poranny, Fitness, Open	20% rabatu	20% rabatu	20% rabatu	20% rabatu
WEJŚCIÓWKI		1 wejście	4 wejścia	10 wejść	20 wejść
WEJŚCIÓWKA	zajęcia fitness lub spinning oraz siłownia i sauna	25 zł	90 zł	X	X
WEJŚCIÓWKA JUNIOR	zajęcia dla dzieci z wykluczeniem zajęć Robotyki	20 zł	X	180 zł	300 zł
ROBOTYKA	zajęcia prowadzone przez firmę zewnętrzną	30 zł	X	X	X

* nie dotyczy karnetu południe

CENNIK

obowiązuje od 01.11.2018

TRENINGI		1 trening 1 osoba	1 trening 2 osoby	5 treningów	10 treningów
TRENING PERSONALNY	60 min	110 zł	150 zł	500 zł	900 zł
TRENING PERSONALNY + PLAN TRENINGOWY	trening personalny z rozpisaniem planem, do samodzielnych ćwiczeń, dostosowany pod indywidualne kryteria	150 zł	x	x	x
DIETETYKA					
KONSULTACJA DIETETYKA	wywiad żywieniowy, analiza sposobu żywienia, analiza składu ciała przygotowanie indywidualnych zaleceń	60 zł			
ANALIZA SKŁADU CIAŁA	analiza składu ciała z określeniem zapotrzebowania kalorycznego	25 zł			
INDYWIDUALNA DIETA 7 -DNI	przygotowanie indywidualnej, 5 dniowej diety 7 dniowej wg zapotrzebowania kalorycznego	100 zł			
INDYWIDUALNA DIETA 14 -DNI	przygotowanie indywidualnej, 5 dniowej diety 14 dniowej wg zapotrzebowania kalorycznego	180 zł			
MIESIĘCZNY PROGRAM DIETETYCZNY dla jednej osoby	a. wstępna konsultacja dietetyczna b. ułożenie 14-sto dniowej diety c. ułożenie indywidualnego planu treningowego d. ułożenie 14-sto dniowej diety e. kontrolna konsultacja dietetyczna	350 zł			