

<b>Abopreise:</b>	reguläre Öffnungszeiten	Randzeiten Mo - Fr 07.30 - 16.30	Junior / 60 + reguläre Öffnungszeiten
3 Monate	Fr. 290.00	Fr. 250.00	Fr. 260.00
6 Monate	Fr. 440.00	Fr. 370.00	Fr. 390.00
Jahresabo	Fr. 690.00	Fr. 550.00	Fr. 590.00

### **Wir bieten für Ihr Abo:**

#### **Vorgängige Gesundheitsabklärung (Par-Q)**

durch Ihre persönliche Physiotherapeutin oder Physiotherapeut.

#### **Einführung**

mit Trainingszielsetzung, Leistungstest, Trainingsplan erstellen, Information über Trainingssystematik und der selbstverständlichen Instruktion an den einzelnen Kraft- und Herzkreislauftrainingsgeräten.

#### **Begleitetes 2. Training**

mit Ihrer Physiotherapeutin / Ihrem Physiotherapeut, um die Qualität der durchgeführten Übungen in Ihrem Interesse zu überprüfen.

#### **Kontrolle nach dem ersten Trainingsmonat**

um den Trainingsplan Ihrem Ziel laufend anzupassen. Dafür steht Ihnen die Physiotherapeutin/Physiotherapeut individuell zur Verfügung.

#### **Weitere betreute Trainingseinheiten**

nach Ende des 3., 6., 9. und 12. Trainingsmonat mit Ihrer Physiotherapeutin/Physiotherapeut.

#### **Für Betreuung zwischendurch**

steht Ihnen das Team von **physio eins** gerne zur Verfügung.