

PERSONAL TRAINING (PT) JA VALMENNUS



Täsmäohjausta juuri sinun tavoitteisiisi

Personal Training ja valmennus -hinnasto
2.1.2019 alkaen. Pidätämme oikeudet muutoksiin.

PT DEMO

Oletko miettinyt, onko Personal Training sinun juttusi? Nyt se on helppoa selvittää – kokeile PT Demoa!
Matalan kynnyksen PT Demossa pääset kokeilemaan PT-palveluamme vaikka ensimmäistä kertaa.

	Normaalihinta	Aalto, Hanken, HY: opiskelijat ja henkilöstö
	ALV 24%	ALV 24%
PT-DEMO	55 €	50 €
HARJOITUSOHJELMA 75 min	95 €	85 €

VALITSE PT-PAKETTISI

Treenaa Personal Trainerin kanssa soolona tai yhdessä kaverin kanssa duona. Personal Trainerimme on jaettu kahteen PT-tasoon heidän kokemuksensa perusteella. Tutustu tasoihin alla.

PT-TASO 1

- Auktorisoitu Personal Trainer tai fysioterapeutti
- hyväksytty harjoittamaan Personal Trainingia UniSportissa
- PT-ohjaustunteja vähemmän kuin 300

PT-TASO 2

- Auktorisoitu Personal Trainer tai fysioterapeutti
- hyväksytty harjoittamaan Personal Trainingia UniSportissa
- PT-ohjaustunteja vähintään 300 tai enemmän
- Valmentanut useita kymmeniä asiakkaita

SOLO JA DUO-PAKETIT

PERSONAL TRAINING	Normaalihinta		Aalto, Hanken, HY: opiskelijat ja henkilöstö	
	ALV 24%	ALV 24%	ALV 24%	ALV 24%
	TASO 1	TASO 2	TASO 1	TASO 2
PT SOLO 3 x 60 min	235 €	270 €	212 €	243 €
PT SOLO 6 x 60 min	445 €	512 €	401 €	461 €
PT SOLO 10 x 60 min	709 €	815 €	638 €	734 €
PT SOLO 20 x 60 min	1 349 €	1 551 €	1 214 €	1 396 €
PT SOLO 30 x 60 min	1 890 €	2 174 €	1 701 €	1 956 €
PT DUO 3 x 60 min	299 €	344 €	269 €	309 €
PT DUO 6 x 60 min	569 €	654 €	512 €	589 €
PT DUO 10 x 60 min	879 €	1 011 €	791 €	910 €
PT DUO 20 x 60 min	1 599 €	1 839 €	1 439 €	1 655 €
PT DUO 30 x 60 min	2 310 €	2 657 €	2 079 €	2 391 €

PT PIENRYHMÄ Katso hinta PT-pienryhmien kohdalta nettisivuiltamme

INBODY-MITTAUS

Helppo tapa selvittää, mistä kehosi koostuu ja seurata tavoitteitasi!

	Normaalihinta	Etusiakas-hinta*	Aalto, Hanken, HY: opiskelijat ja henkilöstö
INBODY	ALV 24%	ALV 24%	ALV 24%
InBody-kehonkoostumusmittaus 15 min, sis. ohjaajan palaute	30 €	26 €	24 €
Inbody-kehonkoostumusmittaus ilman palautetta	20 €	17 €	15 €

RAVITSEMUSVALMENNUS

Saat hyvät eväät hyvinvointia edistävään ravitsemukseen!

	Normaalihinta	Etusiakas-hinta*	Aalto, Hanken, HY: opiskelijat ja henkilöstö
RAVITSEMUSVALMENNUS	ALV 24%	ALV 24%	ALV 24%
3x 60min henkilökohtainen ravitsemusvalmennus, sis. ravintopäiväkirjan analyysin	240 €	235 €	229 €
1X60 min henkilökohtainen ravitsemusvalmennus	105 €	105 €	95 €

* Etusiakashintaan oikeutetut:
opiskelijat (Aalto/Hanken/HY ulkopuoliset),
Aalto/Hanken/HY alumnijhdistysten jäsenet, eläkeläiset.
Kaikki palvelumme saat varattua nettisivuiltamme unisport.fi.