

Zu Weihnachten Gesundheit und Lebensfreude schenken!

Gutschein-Angebote für individuelles und gesundes Training

Mit Personal-Trainer Jens Halfmann

Fitness Check plus: Paket 1

1 Check-up im Fitnessraum des Grand Hotel Petersberg (90 Minuten)

Plus Beratungsgespräch zu Ihrem Trainingsziel

Der Check-up: Die Analyse Ihres derzeitigen Leistungsstandes

- Gewichts-/Größenmessung
- Blutdruck-/Pulsmessung
- Herz-Kreislauf-Test (mit Laktatdiagnostik)
- Haltungsanalyse
- Muskelfunktionstest

+ Ausführliches Beratungsgespräch mit Trainings- und Fitnesstipps

Auf die Plätze, fertig und sicher los!

139 Euro

Einfach starten: Paket 2

1 Check-up im Fitnessraum des Grand Hotel Petersberg (90 Minuten) (s.o.)

2 Termine Personal-Training (je 60 Minuten)

Die persönliche Einführung in ein maßgeschneidertes und gesundheitsorientiertes Training!

349 Euro

Gesundheit spüren: Paket 3

1 Check-up im Fitnessraum des Grand Hotel Petersberg (90 Minuten) (s.o.)

4 Termine Personal-Training (je 60 Minuten)

PLUS persönlicher 4 Wochen-Trainingsplan

Ganz einfach und sicher dranbleiben mit dem Trainer an der Seite!

539 Euro

Der Check-up findet im Fitnessbereich des Steigenberger Hotels auf dem Petersberg statt oder nach Absprache zu Hause bei Ihnen. Bei Anfahrten außerhalb des Bonner Stadtgebietes können Fahrtkosten entstehen, deshalb bitte ich um vorherige Absprache. Die Gutscheine bleiben 12 Monate gültig. Alle Angebotspreise inkl. der gesetzl. MwSt. von 19%. Stand: Oktober 2015

Erfolge sehen: Paket 4

1 Check-up im Fitnessraum des Grand Hotel Petersberg (90 Minuten) (s.o.)

9 Termine Personal -Training (je 60 Minuten)

PLUS persönlicher 8-Wochen-Trainingsplan

Erfolgreich, regelmäßig und gesund trainieren dank persönlicher Betreuung!

990 Euro

Und hinterher entspannen!

Zu den Paketen können optional 10er Karten für den Spa-/Wellnessbereich des Steigenberger Hotels auf dem Petersberg gebucht werden. 10er Karte **200 Euro**

<http://de.steigenberger.com/Koenigswinter-Bonn/Steigenberger-Grandhotel-Petersberg/SPA-Wellness>

Kontakt:



Jens Halfmann
PersonalFitnessTraining



Rotdornweg 23 | 53177 Bonn

fon: 0228/36 83 463

fax: 0228/36 83 517

mobil: 0177/74 44 858

info@PersonalFitnessTraining.de

www.personalfitnesstraining.de

twitter.com/updahill

facebook.com/Personalfitnesstrainingbonn

Der Check-up findet im Fitnessbereich des Steigenberger Hotels auf dem Petersberg statt oder nach Absprache zu Hause bei Ihnen. Bei Anfahrten außerhalb des Bonner Stadtgebietes können Fahrtkosten entstehen, deshalb bitte ich um vorherige Absprache. Die Gutscheine bleiben 12 Monate gültig. Alle Angebotspreise inkl. der gesetzl. MwSt. von 19%. Stand: Oktober 2016