



PRISLISTE - BODYFIT.NO

Personlig trening

(Innledende konsultasjon er kostnadsfri)

1 time	550,- / time
5 timer	495,- / time
10 timer	475,- / time
20 timer	455,- / time
30 timer	430,- / time

Treningsprogram

Treningsprogram uten instruksjon	550,-
Personlig møte, samt instruksjon av alle øvelser:	650,-
Oppdatering av treningsprogram	300,-

Kostveiledning

Konsultasjon som inkluderer:

<i>Kostregistrering og kostanalyse</i> <i>Vurdering av energiforbruk og energibehov</i> <i>Oppsett av individuelt anpasset kosthold</i>	750,-
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------

Oppfølging av kosthold	500,- / møte
------------------------	--------------

Tjenester over mail

Treningsprogram:	550,-
Kostholdsprogram:	750,-
Oppdatering av trenings- eller kostholdsprogram:	250,-
Oppfølging:	300,- / uke

Massasje

Idretts eller klassisk massasje	
60 min	500,-
30 min	300,-

Bedriftsmassasje

Massasje av rygg/nakke i behandlingstol	
15 min	175,-

Fettmåling

1 gang	100,-
3 ganger	250,-