



Cennik ważny od 1.07.2015 r.*

Trening personalny	cena brutto
Pojedynczy trening personalny z jedną osobą, czas trwania ok. 60 minut*:	
✓ od 1 do 4 sesji treningowych w miesiącu:	100 zł za trening
✓ od 5 do 8 sesji treningowych w miesiącu:	90 zł za trening
✓ od 9 i więcej sesji treningowych w miesiącu:	80 zł za trening
Pojedynczy trening personalny z dwiema osobami, czas trwania ok. 60 minut*:	
✓ od 1 do 4 sesji treningowych w miesiącu:	160 zł za trening
✓ od 5 do 8 sesji treningowych w miesiącu:	140 zł za trening
✓ od 9 i więcej sesji treningowych w miesiącu:	120 zł za trening
Trening w plenerze (czas trwania około 60 minut)	od 100 zł
Trening w domu u klienta	
✓ czas trwania około 60 minut	od 120 zł
Dieta indywidualna z suplementacją	cena brutto
Rozpisanie indywidualnego planu żywieniowego z suplementacją, produktami zamiennymi, konsultacją dietetyczną (czas trwania konsultacji do 60 min.)	200 zł
Konsultacja on-line (drogą elektroniczną), rozpisanie indywidualnego planu żywieniowego z suplementacją, produktami zamiennymi.	150 zł
Rozpisanie planu suplementacji (możliwość zamówienia suplementów wprost do domu)	50zł
Konsultacje treningowe i dietetyczne	cena brutto
Konsultacja treningowa składająca się z:	
✓ specjalistycznego planu treningowego (cykl treningowy trwający od 8 do 12 tygodni),	
✓ indywidualnego planu diety (dieta 7 dniowa + produkty zastępcze),	250 zł
✓ najefektywniejsze suplementy (opcjonalnie),	
✓ treningu pokazowego, (czas trwania do 90 minut)	
Konsultacja treningowa:	
✓ plan treningowy (cykl treningowy trwający od 8 do 12 tygodni) wraz z jego omówieniem bez treningu pokazowego, czas trwania do 60 minut	100 zł



Konsultacja treningowa z treningiem pokazowym:

- ✓ plan treningowy (cykl treningowy trwający od 8 do 12 tygodni) wraz z jego omówieniem na treningu, czas trwania do 60 minut 200 zł

Inne zestawienia pakietów

Cena ustalana indywidualnie

Masaż i taping

cena brutto

Masaż klasyczny (całe ciało): ok. 60 min

150 zł

- ✓ Masaż pleców: ok. 30 min

70 zł

Masaż relaksacyjny: ok. 30 min

70 zł

- ✓ (pojedyncze partie ciała - indywidualnie)

Masaż sportowy, izometryczny, segmentarny, limfatyczny,
peeling cukrowy, bańką chińską:

50 zł

- ✓ (pojedyncze partie ciała - ok. 20 min)

Taping rehabilitacyjny, korekcyjny, stabilizujący

Cena ustalana indywidualnie

* Regulamin dostępny na stronie: <http://60minut.com.pl/regulamin.pdf>

