

Informationen zum Funktionstraining plus

Auf vielfachen Wunsch bietet der RGH e.V. Ihnen in der Praxis Schlote Südstadt auch die Möglichkeit, Ihr Funktionstraining mit Gerätetraining zu kombinieren.

Funktionstraining plus

Im FT-plus trainieren Sie im Anschluss an das Funktionstraining selbständig zusätzlich 30 Minuten an den Geräten nach Ihrem vorher individuell erstellten Trainingsplan.

Voraussetzungen

1. Verordnung Funktionstraining oder Vereinsmitgliedschaft
2. Servicepaket „Training“ zur Feststellung der körperlichen Konstitution, Erstellung des Trainingsplans und Einweisung in die Geräte.

Einmalig 59,-- €

Dauer

60 Minuten: 30 Min. Funktionstraining plus 30 Min. Gerätetraining

Angebot

1. **FT pro** FT plus 1x / Woche 30 Min. Geräte
2. **FT aktiv** FT plus 2x / Woche 30 Min. Geräte

12,-- € / Monat

24,-- € / Monat

Die Trainings werden vom RGH e.V. in Kooperation mit der Praxis Schlote Südstadt angeboten. Für alle Trainingsverträge gilt eine Mindestdauer von 6 Monaten, danach besteht eine monatliche Kündigungsfrist. Die Bezahlung erfolgt ausschließlich über SEPA-Lastschrift.

Bitte wenden Sie sich bei Interesse an die Übungsleitung oder direkt an den RGH per Mail an info@rg-h.de oder telefonisch unter 0176-53 79 71 27.