



- Preisliste 2024 -

Paket 1

Ernährungsberatung & Trainingsplan & Online Betreuung

Leistungen:

- Kostenloses Erstgespräch via Zoom oder persönlich (Anamnese, Zielsetzung)
- Erstellung eines Ernährungsplans (Kalorien & Makronährstoffe)
- Auf Wunsch auch Erstellung eines Speiseplans
- Erstellung eines Trainingsplans
- Support via App (Nutrilize)
- Täglich erreichbar via App (Nutrilize)
- Wöchentlicher Check-In via App (Nutrilize)
- 2 x monatlich Videofeedback via Zoom

Monatlich - 149€

(mindest Laufzeit 3 Monate)



- Preisliste 2024 -

Paket 2 **Ernährungsberatung & Personal Training** **(Plätze sind begrenzt)**

Leistungen:

- Kostenloses Erstgespräch via Zoom oder persönlich (Anamnese, Zielsetzung)
- Erstellung eines Ernährungsplans (Kalorien & Makronährstoffe)
- Auf Wunsch auch Erstellung eines Speiseplans
- Erstellung eines Trainingsplans
- Support via App (Nutrilize)
- Täglich erreichbar via App (Nutrilize)
- 1 x wöchentlich Check-In via Zoom (30 Minuten)
- Training im „Fit-n-Food-Gym“ mit Personal Trainer (max. 5 Einheiten / Woche)
Bei Wunsch auch außer Haus (Kunde trägt Kosten für Eintritt in Fitnessstudio)
Anfahrtpauschale pro Kilometer 0,80€ (max. 25 Kilometer Entfernung)

Monatlich - 299€

(mindest Laufzeit 3 Monate)



- Preisliste 2024 -

Einzelstunden Personal Training

1 Stunde	-	70€
10er Karte	-	630€

Training im „Fit-n-Food-Gym“ mit Personal Trainer

Bei Wunsch auch außer Haus (Kunde trägt Kosten für Eintritt in Fitnessstudio)

Anfahrtszuschlag pro Kilometer 0,80€ (max. 25 Kilometer Entfernung)

Buchung von Einzelstunden für die Pakete 1 & 2 möglich

Termine buchbar über www.fitnfood.de



- Preisliste 2024 -

Ernährungsberatung

Einmalige Beratung:

- Kostenloses Erstgespräch via Zoom oder persönlich (Anamnese, Zielsetzung)
- Ein Folgegespräch via Zoom oder persönlich
- Erstellung eines Ernährungsplans (Kalorien & Makronährstoffe)
- Auf Wunsch auch Erstellung eines Speiseplans
- Support via App (Nutrilize) für 1 Monat
- Laufzeit: 1 Monat

Einmalig - 99€



- Preisliste 2024-

Ernährungsberatung

Intensive Ernährungsberatung:

- Kostenloses Erstgespräch via Zoom oder persönlich (Anamnese, Zielsetzung)
- Erstellung eines Ernährungsplans (Kalorien & Makronährstoffe)
- Auf Wunsch auch Erstellung eines Speiseplans
- Einmaliges gemeinsames Einkaufen von Lebensmitteln
- Support via App (Nutralize)
- Täglich erreichbar via App (Nutralize)
- 1 x wöchentlich Check-In via Zoom (30 Minuten)
- Laufzeit: 3 Monate

3 Monate: 3 x 159€ mtl. = 477€