

Kolpingstraße 54 | 8696 Kaufering

Tel. 0176 10211827

E-Mail: info@personalfit-rk.de

Web: www.personalfit-rk.de



FRAGEBOGEN EMS-Training/Therapie

- EMS/EMA-Training ist ein Ganzkörpertraining mit mittelfrequenterm Reizstrom. Es werden alle Muskeln gleichzeitig in einem 15-minütigen Training angesprochen.
- Bitte trinken Sie vor jedem Training ca. 0,5-1 Liter Wasser um die optimale Wirkung zu erreichen.
- Für die EMS Anwendung benötigen Sie einen Baumwoll-Unterziehanzug welchen Sie bei uns leihen oder erwerben können. Der Anzug soll immer blank auf der Haut getragen werden.
- Bitte erscheinen Sie immer pünktlich zur Anwendung. Termine, welche nicht 24 Stunden vor Trainingsbeginn abgesagt werden, werden in Rechnung gestellt.

Meine Schwerpunkte sind:

- Muskelaufbau Fettverbrennung Figuroptimierung/Definition Beckenbodentraining
 Sport Reha Rückentraining - LWS BWS HWS

Leiden Sie unter Verspannungen? JA NEIN

Hatten Sie Verletzungen oder OPs die Sie derzeit einschränken? JA NEIN

Wenn ja, welche? _____

Welche Sportaktivitäten betreiben Sie? _____

Formulieren Sie ihre sportlichen Ziele! _____

Aktuelle Erkrankungen/Medikamente: _____

In folgenden Fällen ist das EMS-Training nicht gestattet:

- akute/fiebrige Infekte oder allgemeines Krankheitsgefühl ● bei bestehender Schwangerschaft
- Herzschrittmacher, Impulsgeber, Herzrhythmusstörung

 **Hiermit bestätige ich, oben stehenden Text gelesen und verstanden zu haben und alle Angaben wahrheitsgemäß gemacht habe. Die EMS-Anwendungen erfolgen auf eigenes Risiko.**

Datum

Name leserlich

Unterschrift

Telefonnummer

Kolpingstraße 54 | 8696 Kaufering

Tel. 0176 10211827

E-Mail: info@personalfit-rk.de

Web: www.personalfit-rk.de



PREISLISTE EMS-Training

Einzelanwendung & Punktekarten

Probetraining (inkl. Leihtrainingskleidung)	29,90 €
Einzelanwendung	49,90 €
6er Karte (Starterset inkl. Trainingskleidung)	279,90 €
10er Karte (Starterset inkl. Trainingskleidung)	449,90 €

Mitgliedsbeiträge

13 Wochen / 1 x Woche á 15 Min.	34,90 €
13 Wochen / 2 x Woche á 15 Min.	65,90 €
26 Wochen / 1 x Woche á 15 Min.	29,90 €
26 Wochen / 2 x Woche á 15 Min.	55,90 €
52 Wochen / 1 x Woche á 15 Min.	24,90 €
52 Wochen / 2 x Woche á 15 Min.	45,90 €

Hometraining mit Personal Trainer

1 x Hometraining á 15 Min.	99,90 €
10 x Hometraining á 15 Min.	799,00 €

Trainingsbekleidung

Leihkleidung je Trainingseinheit	3,00 €
Trainingskleidung zum Kauf	29,90 €



Bitte bringen Sie zum 1. Termin den ausgefüllten Fragebogen mit und planen Sie ca. 1 Stunde Zeit ein, da wir immer ein persönliches Aufklärungsgespräch mit Ihnen führen.