



# PREISLISTE

## MÖRTL KÖRPERBAU

### TRAINING

▶ <b>PROBETRAINING</b> Check-Up und Sportwissenschaftliche Beratung (55 Minuten)		69 €
	<b>Im 10er Block</b> (Preise pro Training, p.P.)	<b>Im 20er Block</b> (Preise pro Training, p.P.)
▶ 1 Person	79 €	75 €
▶ 2 Personen	45 €	43 €
▶ 3 Personen	33 €	30 €

### TRAININGSPLAN

▶ <b>FITNESSPLAN - ONE SPLIT</b>	99 €
▶ <b>PERFORMANCEPLAN - MULTI SPLIT</b>	139 €
▶ <b>PLANÄNDERUNG</b>	49 €
▶ <b>BEINHALTET</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erreiche deine Ziele mit deinem individuellen Trainingsplan</li> <li>• Individueller Plan mit Bildern und Erklärung für deinen Trainingsort</li> <li>• Mehrmalige Plankorrekturen bis der Plan exakt zu dir passt.</li> <li>• Steigere dein Level! dein erster Plan beginnt bei Level 1.</li> </ul>

### SPORTPSYCHOLOGIE

▶ <b>MENTALES TRAINING</b> (55 Minuten)	72 €
--	------

### COACHING

▶ <b>ONLINE COACH</b> 29 € pro Monat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsapp</li> <li>• Ständige Verfügbarkeit deiner Pläne</li> <li>• Online Trainingstagebuch</li> <li>• Erfolgsverlauf deiner Ziele</li> <li>• Direkter Kontakt mit deinem Trainer</li> <li>• Zusätzlich mehr als 1.000 Übungen</li> <li>• Online Magazin mit Tipps zu Ernährung und Training</li> <li>• 10 Tage Probephase</li> </ul>
▶ <b>STUDIO COACH</b> 99 € pro Monat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Online Coach</li> <li>• 1 Training p. Monat</li> <li>• 1. Trainingsplan kostenlos</li> <li>• 20% Rabatt auf Diagnose</li> </ul>
▶ <b>ULTIMATE COACH</b> 299 € pro Monat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Online Coach</li> <li>• 4 Trainings p. Monat</li> <li>• Trainingspläne kostenlos</li> <li>• 50% Rabatt auf Diagnose</li> </ul>

### DIAGNOSE

▶ <b>BACK CHECK</b>	49 €
▶ <b>BIOIMPEDANZANALYSE</b>	39 €
▶ <b>ERGOSPIROMETRIE</b>	144 €
▶ <b>GRUNDUMSATZMESSUNG</b>	39 €

### EXTRA

▶ <b>TRAINING AUSWÄRTS</b> (55 Minuten)	109 € (zzgl. Fahrtkosten)
--	---------------------------



Als dein persönlicher Trainer und Coach unterstütze ich dich beim Erreichen deiner sportlichen Ziele. Aufbauend auf deinen Talenten und Fähigkeiten optimieren wir deine Trainingsprozesse und -abläufe. Egal ob du Gesundheitssportler oder im Leistungssport aktiv bist, gemeinsam können wir deine Trainingsgewohnheiten positiv beeinflussen.

**Hannes Mörtl MSc.**  
Sportwissenschaftler MSc.  
A-Lizenz Trainer  
Mentalcoach (ÖBS)

