



PREISLISTE

MÖRTL KÖRPERBAU

TRAINING

▶ PROBETRAINING Check-Up und Sportwissenschaftliche Beratung (55 Minuten)		82 €
	Im 10er Block (Preise pro Training, p.P.)	Im 20er Block (Preise pro Training, p.P.)
▶ 1 Person	104 €	99 €
▶ 2 Personen	67 €	61 €
▶ GRUPPENTRAININGS AUF ANFRAGE		

TRAININGSPLAN

▶ FITNESSPLAN - ONE SPLIT	116 €
▶ PERFORMANCEPLAN - MULTI SPLIT	162 €
▶ PLANÄNDERUNG	53 €
▶ BEINHALTET	<ul style="list-style-type: none">• Erreiche deine Ziele mit deinem individuellen Trainingsplan• Individueller Plan mit Bildern und Erklärung für deinen Trainingsort• Mehrmalige Plankorrekturen bis der Plan exakt zu dir passt.• Steigere dein Level! dein erster Plan beginnt bei Level 1.

SPORTPSYCHOLOGIE

▶ MENTALES TRAINING (55 Minuten)	97 €
-------------------------------------	------

COACHING

▶ ONLINE COACH 35 € pro Monat	<ul style="list-style-type: none">• Trainingsapp• Ständige Verfügbarkeit deiner Pläne• Online Trainingstagebuch• Erfolgsverlauf deiner Ziele• Direkter Kontakt mit deinem Trainer• Zusätzlich mehr als 1.000 Übungen• Online Magazin mit Tipps zu Ernährung und Training• 10 Tage Probephase
▶ STUDIO COACH 127 € pro Monat	<ul style="list-style-type: none">• Online Coach• 1 Training p. Monat• 1 Trainingsplan kostenlos• 20% Rabatt auf Diagnose
▶ ULTIMATE COACH 350 € pro Monat	<ul style="list-style-type: none">• Online Coach• 4 Trainings p. Monat• Trainingspläne kostenlos• 50% Rabatt auf Diagnose

DIAGNOSE

▶ BACK CHECK	105 €
▶ BIOIMPEDANZANALYSE	78 €
▶ ERGOSPIROMETRIE	168 €
▶ GRUNDUMSATZMESSUNG	78 €

BEINHALTET: Durchführung der Messung, Interpretation der Ergebnisse, Beratungsgespräch.

EXTRA

▶ TRAINING AUSWÄRTS (55 Minuten)	127 € (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
A-Lizenz Trainer
Mentalcoach (ÖBS)

