



Die aktuellen Angebote und Preise sind ab Seite 2 zusammengefasst.  
Die genannten Preise verstehen sich inklusive Mehrwertsteuer. Änderungen der Angebote und Preise vorbehalten.

Für Terminvereinbarungen oder sonstige Anfragen können Sie mich telefonisch oder per Mail (auch über die Homepage) kontaktieren.

**Homepage: [www.alina-leitinger.at](http://www.alina-leitinger.at)**

**Telefon: +43664 550 60 96**

**E-Mail: [mail@alina-leitinger.at](mailto:mail@alina-leitinger.at)**

Gerne schneidere ich ein persönliches zielgerichtetes Kombinationspaket.

Auch mein gesamtes Beratungsangebot gibt es nach Maß für Ihre Firma, Abteilung oder Ihren Verein – auch für eine an meinen Themen interessierte Kleingruppe oder im Freundeskreis.

## Ernährung

### Erstgespräch – Schwerpunkt Ernährung:

150 €

Kennenlernen, Ziele, Wünsche, Körperfettmessung, ev. Protokollbesprechung, Inklusive individueller Ausarbeitung, Einzelgespräch ca. 60 - 90 min

### Folgeberatung 60 min

100 €

### Bioimpedanzanalyse (BIA) = Messung der Körperzusammensetzung

50 €

## Sport

### Erstgespräch: Schwerpunkt Sport

Ziele, Wünsche, Körperfettmessung, Fitnesscheck

Einzelgespräch

ca. 75 min

100 € / Person

mit Freund/in oder Partner

ca. 90 min

75 € / Person

### Personal Training

**EINS** – Einzeltraining

100 € / h

**ZWEI** – 2 Personen

75 € / h und Person

### Blöcke (5er Block – 5%, 10er Block – 10%)

5 x EINS

475 €

10 x EINS

900 €

5 x ZWEI

355 € / Person

10 x ZWEI

675 € / Person

### Trainingsplanung

4 Wochen – Trainingsplan inkl. 1 x 60 min Einzeltraining

250 € / Person

Trainingsplananpassung

kostenlos

### Kontakt:

+43 664 550 60 96

mail@alina-leitinger.at

## Preisliste – Beratung

Angebot			Investition
Art	Teilnehmer	Dauer	
<b>Vorträge:</b>	Flexibel		
Kompakt		bis 60 min	auf Anfrage
Umfassend		60 – 90 min	
Intensiv		90 – 120 min	
<b>Workshops:</b>	max. 10 Personen		
Kompakt		bis 60 min	a.A.
Umfassend		60 – 90 min	
Intensiv		90 – 120 min	
Halbtags		120 – 240 min	
<b>Erährungsberatung:</b>			a.A.
<b>Personal Training:</b>			a.A.
<b>Kleingruppentraining:</b>	3 – 15 Personen		a.A.
<b>Weitere Kosten</b> (Reisezeit, Fahrkosten, Unterkunft)			Nach Vereinbarung

**Mein gesamtes Angebot gibt es nach Maß für Ihre Firma oder Abteilung.**