

Coaching & Trainingsplanerstellung

alle Laufdistanzen



Paketinhalt:

1h Erstgespräch

Datenerfassung, Definition deiner Zielsetzung und Besprechung der Trainingsabläufe;

Planerstellung

mit Einbezug des privaten und beruflichen Umfelds. inkl. Monatsanalyse & Quartalsbesprechung zur erbrachten Leistung. Telefoncoaching zur vereinbarten Zeit.*

* Beim Telefoncoaching werden wichtige Fragen zum Thema Lauftraining / Abläufe / Planänderungen, ... besprochen

Einzelcoaching / Lauftechnik

Monatsplan

1/2 Jahresplan

Jahresplan

Preise inkl. MWSt.

€ 70,- / Stunde

€ 90,- / Monat

€ 240,- / Monat

€ 200,- / Quartal

* Preis inkl. einer Leistungsdiagnostik beim T4L Partner inkl. Train4Life Startpaket

Gruppentraining möglich - Preis nach Vereinbarung



#tri4life_austria #tri4life_at

Dein Training - Dein Trainer