

Ernährung		
ARTIKELNAME	ARTIKELBESCHREIBUNG	EINZELPREIS
Erstgespräch	Ernährungserstanamnese / Beratung inkl. BIA Messung 90 min	119 €
Einzelstunde	60 Minuten	75 €
Ernährungsberatung	5 Sitzungen 60 min und 5 BIA Messungen	499 €
Ernährungsberatung	26 Sitzungen 60 min und 26 BIA Messungen (Begleitung ca. 1 Jahr)	2495€
Ernährungstagebuch	Auswertung Ernährungstagebuch 2 Wochen	180 €
Ernährungsplan	individueller Ernährungsplan 2 Wochen	269 €

Analysen		
ARTIKELNAME	ARTIKELBESCHREIBUNG	EINZELPREIS
BIA Messung	Körperstrukturanalyse (Körperfett, Muskelmasse, Magermasse, Wasser)	35 €
BIA Messung mit Auswertungsgespräch	Körperstrukturanalyse (Körperfett, Muskelmasse, Magermasse, Wasser)	49 €

§ 20 SGB V zertifizierte Präventionskurse - Diese Kurse sind durch die gesetzlichen Krankenkassen Erstattungsfähig! Maximal 2 x im Jahr pro Person buchbar		
ARTIKELNAME	ARTIKELBESCHREIBUNG	EINZELPREIS
Präventionskurs Erwachsene	8 x 60 min	150 €
Präventionskurs Erwachsene	10 x 60 min	160 €
Präventionskurs Erwachsene	12 x 60 min	170 €
Präventionskurs Kinder	8 x 60 min	120 €

Bewegung / Sport		
ARTIKELNAME	ARTIKELBESCHREIBUNG	EINZELPREIS
Erstanamnese	Beratung inkl. BIA Messung 90 min	119 €
Personal Training	Einzelstunde 60 Minuten	75 €
Trainingsplanerstellung	2 Wochen	269 €
Kinesio Tape	Erst Tape inkl. Gespräch	59 €
folge Tape		29 €
Fitnessfests		nach Beratung

Gruppenkurse Monatsvertrag	1x wöchentlich a´50 min	85 €
Personal Training	1x wöchentlich a´50 min	269 €
Probestunde	Einmalig pro Person buchbar	15 €
10 er Karte	a´50 min flexibel buchbar	330 €

Kinderkurse		
ARTIKELNAME	ARTIKELBESCHREIBUNG	EINZELPREIS
Schnupperstunde	Einmalig pro Person buchbar	5 €
		MONATSPREIS
Kindersport mit Eltern	1x wöchentlich a´60 min	50 €
5 – 12 Monate	1x wöchentlich a´50 min	50 €
1 – 3 Jahre	1x wöchentlich a´50 min	50 €
4 – 6 Jahre	1x wöchentlich a´50 min	50 €
Kinderyoga	1x wöchentlich a´50 min	50 €
Familienyoga	1x wöchentlich a´50 min	75 €

Schwangere Prä- und Postnatales Fitnessstraining		
ARTIKELNAME	ARTIKELBESCHREIBUNG	EINZELPREIS
Happy Bauch	1x wöchentlich a´50 min	75 €
Pilates mit Baby	1x wöchentlich a´50 min	75 €
Bauch Buggy Go	1x wöchentlich a´50 min	75 €
Bauch Beutel Po	1x wöchentlich a´50 min	75 €
Geburtsvorbereitung	1x wöchentlich a´50 min	85 €

Betriebliche Gesundheitsförderung		
ARTIKELNAME	ARTIKELBESCHREIBUNG	EINZELPREIS
Bedarfsanalyse		nach Beratung
Infoveranstaltungen		nach Beratung
Workshops		nach Beratung
Vorträge		nach Beratung
Individueller Checkup		nach Beratung
Präventionskurse		siehe oben
Ergonomie am Arbeitsplatz		nach Beratung
BIA Körpergewebeanalyse		35 €

Bewegte Pausen

nach Beratung

Pilates		
ARTIKELNAME	ARTIKELBESCHREIBUNG	EINZELPREIS
Pilates	Ganzkörpertrainingsprogramm 30 Einheiten Einzelunterricht (9 Monate)	2.138 €

An gesetzlichen Feiertagen, Schulbrückentagen und Ferientagen in Brandenburg ist das Präventionsstudio FoodFidel geschlossen.

Präventionskurse werden nur bei Kindern zu 100% gefördert. (Bei Erwachsenen i.d.R. 80 % und max. 2x im Jahr.)

Geschwisterrabatt: 2. Kind bekommt 50 % Rabatt, melde dich für den Rabattcode bei mir.

Partnerrabatt: der 2. bekommt 50% Rabatt, melde dich für den Rabattcode bei mir.