

coaching triathletes

Leistungen	Premium (150.-/Monat)	Professionell (190.-/Monat)
Trainingsplanung im Wochen Rhythmus	X	X
Uneingeschränkter Mailkontakt	X	X
Telefonkontakt monatlich	X	
Telefonkontakt uneingeschränkt		X
Persönliche Saison-/Wettkampfplanung	X	X
Sitzung mit Saisonrückblick / - Ausblick	X	X
2x jährlich persönlich betreutes Training		X
1x jährlich Instruktion Kräftigungsübungen		X

Optionale Leistungen

Angebot	Athleten	Einzelperson	Gruppe ab 3 Personen
Schwimmlektion à 45`	30.-	60.-	35.-pP
Krafttraining à 45`	30.-	60.-	35.-pP
Lauftraining à 45`	30.-	60.-	35.-pP
Konditraining Vereine			120.-pV
Einmalige Beratung ohne anschl. Coaching		60.-	