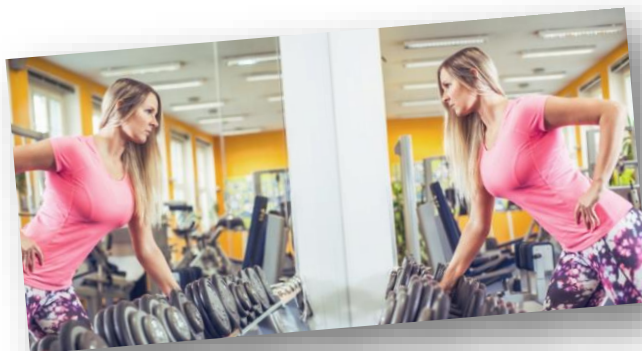


BARBORA VACHTOVÁ
osobní fitness trenérka

vachtovabarbora@seznam.cz
+420 737 860 017
balancedlife_by_barbora



1 INDIVIDUÁLNÍ LEKCE (55 min)	650 Kč	
5 OSOBNÍCH LEKCÍ	2 750 Kč	1 LEKCE 550 Kč
<ul style="list-style-type: none">• úvodní hodinová lekce s konzultací ZDARMA		
10 OSOBNÍCH LEKCÍ	5 000 Kč	1 LEKCE 500 Kč
<ul style="list-style-type: none">• úvodní hodinová lekce s konzultací ZDARMA• individuální týdenní stravovací plán ZDARMA		
15 OSOBNÍCH LEKCÍ	6 750 Kč	1 LEKCE 450 Kč
<ul style="list-style-type: none">• úvodní hodinová lekce s konzultací ZDARMA• individuální týdenní stravovací plán ZDARMA		
INDIVIDUÁLNÍ STRAVOVACÍ PLÁN	2 000 Kč	
<ul style="list-style-type: none">• 2týdenní stravovací plán s přesně napočítanými makroživinami a kalorickým příjmem• úvodní hodinová konzultace ZDARMA• závěrečná hodinová konzultace ZDARMA <p>(včetně doporučení vhodných doplňků stravy-vitamíny, minerály, proteinové nápoje, BCAA atd. dle cílů klienta)</p>		
ON-LINE SPOLUPRÁCE NA 4 TÝDNY	2 500 Kč	NOVINKA
<ul style="list-style-type: none">• on-line či osobní hodinová konzultace ZDARMA• osvojení správných stravovacích návyků• vypočítaná makra a kalorický příjem dle cílů klienta• týdenní reporty a denní komunikace whats up/e-mail/tel• vyhodnocení stanovených cílů a další doporučený postup		
E-BOOK STAYFIT PROGRAM	899 Kč	NOVINKA
<ul style="list-style-type: none">• měsíční tréninkový plán pro začátečníky i pokročilé• 80 funkčních cardio cviků rozdělených do fullbody tréninků s videonávody• velký zásobník cviků odcvičených v pohodlí domova		

Ke každé lekci ve fitness si klient dokupuje na recepci jednorázové vstupné nebo permanentku dle výběru.