

## Kuntosalin tarjouspaketit

### Tsekkauspaketti 35 €

- kehonkoostumusmittaus + kuntosaliohjelman laadinta

### Kehittävän harjoittelun paketti 60 €

- kuntosaliohjelman laadinta sekä kaksi ohjelman päivityskertaa

### Kuntopaketti 65 €

- kehonkoostumusmittaus (alku- ja lopputesti)
- kuntosaliohjelman laadinta + ohjelman päivitys

### Testauspaketti 70 €

- räätälöity lihaskuntotesti, kehonkoostumus ja polkupyöräergometritesti

### Terveyskuntopaketti 120 €

- kehonkoostumusmittaus (alku- ja lopputesti)
- kuntosaliohjelman laadinta + ohjelman päivitys
- ohjaaja mukana 5 harjoituskerralla tarkkailemassa tekniikkaa ja tsemppaamassa

Lisätiedot ja ajanvaraus:

040 830 2700 / juho.ruotsalainen@iisalmi.fi