

# ÁRLISTA

Érvényes: 2019. október 1-től

Nytva tartás: Hétfőtől - Péntekig: 08h - 21h

BELÉPŐ	KISCSOPORTOS SZEMÉLYI EDZÉS**	PÁROS SZEMÉLYI / SZEMÉLYI EDZÉS**
<p>2 alkalmas fitness belépő (önálló edzés eszközeink korlátlan használatával) Érvényes: 2 hétig</p> <p><b>4.800 Ft</b> 2.400 Ft / alkalom</p>	<p>1 alkalmas kombinált belépő</p> <p><b>3.000 Ft</b> + BELÉPŐ</p>	<p>1 alkalmas személyi edzés</p> <p><b>7.400 Ft</b> + BELÉPŐ</p>
<p>8 alkalmas fitness belépő Érvényes: 30 napig</p> <p><b>16.800 Ft</b> 2.100 Ft / alkalom</p>	<p>8 alkalmas kombinált bérlet (kiscsoportos foglalkozások bármelyikére érvényes) Érvényes: 30 napig</p> <p><b>20.000 Ft</b> + BELÉPŐ 2.500Ft / alkalom</p>	<p>1 alkalmas páros személyi edzés</p> <p><b>6.200 Ft</b> + BELÉPŐ</p>
<p>8 alkalmas fitness belépő Érvényes: 60 napig</p> <p><b>18.400 Ft</b> 2.300 Ft / alkalom</p>	<p>16 alkalmas kombinált bérlet (önálló edzésre + kiscsoportos foglalkozások bármelyikére érvényes) Érvényes: 60 napig</p> <p><b>36.000 Ft</b> + BELÉPŐ 2.250 Ft / alkalom</p>	<p>8 alkalmas személyi edzés bérlet Érvényes: 30 napig</p> <p><b>49.600 Ft</b> + BELÉPŐ 6.200 Ft / alkalom</p>
<p>3 havi korlátlan fitness belépő Érvényes: 90 napig</p> <p><b>48.300 Ft</b> 16.100 Ft / hónap</p>	<p>6 havi korlátlan kombinált bérlet önálló edzésre + kiscsoportos foglalkozások bármelyikére érvényes + egy 60 perces teljes testmasszázs Érvényes: 180 napig</p> <p><b>103.000 Ft</b> + BELÉPŐ</p>	<p>16 alkalmas személyi edzés bérlet Érvényes: 60 napig</p> <p><b>87.200 Ft</b> + BELÉPŐ 5.450 Ft / alkalom</p>
<p>6 havi korlátlan fitness belépő Érvényes: 180 napig</p> <p><b>90.500 Ft</b> 15.083 Ft / hónap</p>	<p>Kiscsoportos bérlettel az órarendben szereplő összes órát látogathatod.</p> <p>A kiscsoportos órákra kérjük szíveskedjete bejelentkezni!</p> <p>**A kiscsoportos személyi, a páros személyi és személyi edzés árak <b>a belépő árakon felül fizetendők.</b></p>	<p>8 alkalmas páros személyi edzés bérlet Érvényes: 30 napig</p> <p><b>40.000 Ft</b> + BELÉPŐ 5.000 Ft / alkalom</p>
<p>6+1 korlátlan fitness belépő (6 hónapos folyamatos edzés esetén fizetheted a kedvezményes díjat és az utolsó hónap a mi ajándékunk*) Érvényes: 7 hónapig</p> <p><b>17.900 Ft / hó</b> 107.400 Ft / 6+1 hónap</p> <p><b>+1 hónap AJÁNDÉK</b></p> <p>* A 6+1-es különleges bérlet folyamatos érvényesség esetén, napfordulóval fizetendő és támogatjuk az elkötelezettségedet.</p>		<p>16 alkalmas páros személyi edzés bérlet Érvényes: 60 napig</p> <p><b>72.000 Ft</b> + BELÉPŐ 4.500 Ft / alkalom</p>

## További szolgáltatások

Fittségi állapotfelmérés (120 perc) (Konzultáció, VIPORT, vérnyomásmérés, erő, gyorsasági, állóképességi, erő- állóképességi, mozgáskoordinációs tesztek, ízületi mozgáskiterjedés, Kardiovaszkuláris kapacitás és antropometriai adatok mérése)	<b>15.900 Ft</b>
Fittségi állapotfelmérés 8-16 alkalmas személyi edzés bérlet vásárlása esetén	<b>8.000 Ft</b>
Személyre szabott mozgásprogram készítése (VIPORT, fittségi állapotfelmérés + edzésprogram készítése + 60 perc személyi edzés)	<b>19.900 Ft</b>
Személyes étrend-tervezés (1 órás konzultáció + 1 hetes személyre szabott étrend tervezés)	<b>20.000 Ft</b>
Táplálkozási tanácsadás (1 órás konzultáció+személyre szabott táplálkozási irány mutató)	<b>7000 Ft/ alkalom</b>
Flossing terápia felár személyi edzéshez	<b>2000 Ft/ alkalom</b>
Flossing tréning 30 percben	<b>5000 Ft/ alkalom/testtáj</b>
Törölköző	<b>500 Ft/ alkalom</b>

Amit tőlünk kapsz: frissítő víz, friss gyümölcs, kávé különlegességek 😊

Az időszakos bérletek nem hosszabbíthatók.

Az alkalmas bérletek időben nem hosszabbíthatók, a fel nem használt alkalmak 60%-át tovább viheted a következő bérletre.

Áraink a 27%-os Áfá-t tartalmazzák.

**VÁRUNK SZERETETTEL!**

## MASSÁZS ÉS TESTKEZELÉS ÁRLISTA ÉS LEÍRÁS:

### Szegment masszázis:

30 perces

A betegséget fenntartó reflexkör megszakítása és a szegment szöveti állapotába beállított kóros funkcióváltás normalizálása a célunk. A kezelést nem a megbetegedett szerven végezzük, hanem a szerv vagy szövet betegsége által kiváltott reflexzónában. Nagyon fontos, hogy ennél a fajta masszázsnál nem alkalmazunk semmilyen vivő anyagot!

### Gyógymasszázs:

90, 60 és 30 perces

Ez a masszázsfajta alkalmas a sporttevékenység előkészítésére, a teljesítmény fokozására, a káros ártalmak csökkentésére. Valamint mozgásszervi betegségek gyógyítására és annak tüneteinek csökkentésére. Egyedi fogásmódokat, különböző erősségű gyúrásokat, kiemeléseket, kimoztatásokat és vibrálásokat alkalmazunk.

### Aromaolajos masszázis:

90, 60, és 30 perces

Klasszikus aromaterápiás svédmasszázs, amely fokozza a keringést, segíti oldani az izmok feszülését és fáradtságát, hozzájárul a szervezet megújulásához a rohanó hétköznapiak után. Vitalizáló, nyugtató illetve méregtelenítő aromaterápiás illóolajok közül választhat.

### Bőrfiatalító testkezelés:

90 perces kezelés

A kezelés egy teljes testes peelinggel kezdődik, mellyel az elhalt hámréteget eltávolítjuk és javítjuk a bőr vérellátottságát, valamint fokozzuk a vivő anyag hatékonyságát. **Szőlő eszenciával folytatódik a kezelés, melynek alkotó anyagai** a hagyományos svédmasszázs során **lassítják az intenzív öregedéserőrt felelős káros oxidatív folyamatokat** és serkentik a bőrfelszíni vérkeringést.

### Fogyasztó nyirok masszázis:

90 és 60 perces

Egy hatékony méregtelenítő, keringésfokozó kezelés. A kollagénes masszázskrémrel megmasszírozzuk az egész testet, de a legtöbb időt a karokra, a lábakra, a combokra és a csípőre szenteljük. Hatására a pangó vizek, a méreganyagok és az oldott víz távozik, a lábak könnyebbé válnak, a bőr tónusa fokozódik, az érfalak rugalmassága javul. **A kezelés nagyszerű kiegészítése a fogyókúrának, mivel a zsírolás fokozódik, a narancsbőr tünetei csökkennek.** Ajánljuk előtte a teljes testes peelinget, mellyel fokozzuk a vivő anyag hatékonyságát.

### Csokoládés testkezelés:

90 perces kezelés

A kezelés egy teljes testes peelinggel kezdődik, mellyel az elhalt hámréteget eltávolítjuk és javítjuk a bőr vérellátottságát. Ezt követően **az aromás csokoládé krémrel** végzett masszázssal **csökkentjük a narancsbőr kellemetlen tüneteit.** A kezelés során olvasztott csokoládé pakolás kerül a dekoltázsra, mely **hidratálja, puhává teszi a bőrt és felébreszti az érzékeket, növeli a boldogság érzetet.**

### Kinesio tape kezelés:

10 perc / testtáj

A kinesio tape egy nagyon sok oldalú, kémiai anyagoktól mentes tapasz, mellyel számtalan panasz enyhíthető, illetve megelőzhető. Többek között alkalmas különböző izomban és ízületekben jelentkező panaszok, nyirokkeringési és mozgásszervi problémák enyhítésére. **Fájdalomcsillapító hatása mellett serkenti az öngyógyulási folyamatot, illetve korrigálja a tartást is.** A kezelés alapvetően bárki számára ajánlott, akinél valamilyen fent említett panasz áll fenn. Azonban a tapasz nem helyezhető fel nyílt seb környékére, égett bőrre, illetve anyajegyekre. Terhesség esetén a 3. hónap eltelte után alkalmazható, míg trombózis vagy tumor esetén egyáltalán nem!

### Árak:

30 perces masszázis:	<b>4.950 Ft</b> /alkalom	5 alkalmas bérletben: 4.400 Ft/alkalom	<b>22.000 Ft</b>
60 perces masszázis:	<b>8.700 Ft</b> /alkalom	5 alkalmas bérletben: 7.700 Ft/alkalom	<b>38.500 Ft</b>
90 perces masszázis:	<b>11.900 Ft</b> /alkalom	5 alkalmas bérletben: 10.900 Ft/alkalom	<b>54.500 Ft</b>

Kinesio tape kezelés: **3000 Ft** /alkalom/ testtáj

A masszázsbérletek érvényessége ideje 6 hónap.

Sport és AYCM kártyákat is elfogadunk, melyekhez felírat szükséges fizetni.

