

**100 €**  
/ Monat

## ONLINE PERSONAL TRAINING

- ✓ Wöchentliche 1:1 Updates. Rund-um-Betreuung
- ✓ Individuelle Trainingspläne
- ✓ App gestütztes Training mit Video-Analysen

**125 €**  
/ Monat

## REHA & PRÄVENTIONS COACHING

- ✓ Individuelle Rehabilitationsplanung mit individuellen Trainingsplänen
- ✓ Wöchentliche 1:1 Updates. Rund-um-Betreuung
- ✓ App gestütztes Training mit Video-Analysen

**500 €**  
/ Monat

## BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

- ✓ Risiko Bewertung am Arbeitsplatz
- ✓ 15 minuten Fitness-Pause unter Anleitung
- ✓ Individuelle Gesundheitsseminare

**75 €**  
/ Monat

## ERNÄHRUNGSBERATUNG

- ✓ Individueller Ernährungsplan
- ✓ Langfristiges und nachhaltiges Gewichtsmanagement
- ✓ App gestütztes Ernährungscoaching

 [contact@performax-x.com](mailto:contact@performax-x.com)

 +4915781548053

 [performaxx.net](http://performaxx.net)

Alle Serviceangebote sind  
3-monatlich kündbar.  
Bei weiteren Fragen, stehen wir  
ihnen gerne persönlich zu  
Verfügung.