



---

## Preisliste\*

### Lauftraining

Laufkurs 12 Einheiten je 60 Min. (Anfänger + Fortgeschrittene) inkl. Trainingsplan	<b>100,-€</b>
Nordic Walking Einführungskurs 4 Einheiten je 60 Min.	<b>50,-€</b>
Techniktraining Gruppentraining (Lauf-ABC, Stabi-Training, Athletiktraining) je 60 Min.	
	1 Einheit <b>12,-€</b>
	5er Karte <b>50,-€</b>
	10er Karte <b>90,-€</b>
Einzelstunde Lauftraining je 60 Min.	<b>30,-€</b>
je 90 Min.	<b>45,-€</b>
Trainingsplanerstellung, je nach Ziel und Umfang	<b>30,-€ - 90,-€</b>

### Personal Training

Personal Training Monatsabo (2 Einheiten Einzeltraining je 45 Min. pro Monat, 1x wöchentliches Videomeeting je 20 Min.)	<b>100,-€</b>
Zusätzliche Einheit Personal Training je 45 Min.	<b>45,-€</b>
Onlinecoaching (Yoga, Kraft, Athletik) je 30 Min.	<b>30,-€</b>

\* die genaue Preisgestaltung kann individuell abweichen

Laufcoach Sandra Schön  
Hugo-Rasch-Str. 57  
46047 Oberhausen

[www.laufenmachtschoen.de](http://www.laufenmachtschoen.de)  
[info@laufcoachschoen.de](mailto:info@laufcoachschoen.de)  
0172/4925677

01/2021