

Mitgliedschaftsangebot für Firmen und Vereine



Personal Training für Firmen und Vereine:

- Pro gekaufte Personal Trainings Mitgliedschaft erhält die Firma/Verein:
 - 2 x 25 Minuten Personal Training pro Woche
 - 2 x Kursbesuche pro Woche
 - Freies Cardio Training vor und nach den Trainings
 - Kostenlose BIA-Körperanalyse für trainierende
 - Wasserflat
 - Firmen Shake Karte mit 15€ Startguthaben.
- Der Wochen Preis für eine Mitgliedschaft liegt bei 30€ mit einer 12-monatigen Mindestlaufzeit.
- Es fällt eine einmalige Aufnahme Gebühr für die Registrierung des Unternehmens/Verein in Höhe von 49€ an, inklusive Einweisung eines Verantwortlichen in das Buchung System.
- In der jeweiligen Woche ist frei wählbar, wann und welcher Mitarbeiter/Vereinsmitglied trainiert wird.
- Die Buchung erfolgt über unser System, von einem festgelegten und vorab von uns eingewiesenen Verantwortlichen der Firma oder des Vereines.

Egym Training für Firmen und Vereine:

- Jeder Mitarbeiter/ Jedes Vereinsmitglies der jeweiligen Firma/ Vereines erhält die Möglichkeit das Egym Krafftraining im 4urself zum Sonderpreis für sich selbst zuzubuchen.
- Es kann ohne Termin durchgehend zu den regulären oder zu den Im Terminplan genannten Zusatzzeiten im 4urself an den Egym Kraftgeräten trainiert werden.
- Zusätzlich entfällt die Einweisunugs Gebühr von 20€

Egym Mitgliedschaft für Angestellte		
Laufzeit	Regulär	Preisvorteil
12 Monate	8,99€	6,99€
Flex Monatlich	11,99€	9,99€

Mitgliedschaftsangebot für Firmen und Vereine



Präventionskurse für Mitarbeiter/ Vereinsmitglieder:

- Inhalt:

Trainingseinheiten mit Mitarbeitern oder Vereinsmitgliedern, die jeweils 45 Minuten betragen. Die Schwerpunkte liegen auf kurzen und hilfreichen Theoretischen Modulen sowie Trainingsreichen Praktischen Modulen. Ziel der Einheiten ist es die körperliche Fitness zu stärken, Übungen und Tipps für den Alltag einfach zu vermitteln sowie Schmerzen jeglicher Art vorzubeugen. Die Kurse können von einzelnen Personen regulär im 4urself gebucht werden, oder Firmen/Vereins eigene Kurse an einem selbst gewählten Ort.

- Kursformate:

meinKrafttraining, Active@Work – Wirbelsäulentraining, Functional Fit, Functional Fit Outdoor, meinBeweglichkeitstraining, meinRückenfit, meinStandfest – Koordinationstraining

- Laufzeit:

8 Einheiten, einmal bis zweimal die Woche möglich.
Für Gruppe Uhrzeiten und Ort individuell regelbar.
Gesamtvolumen liegt bei 8 oder 5 Wochen.

- Abrechnung und Beispiele:

Kurskosten:	125€	125€	125€
Krankenkasse	AOK Hessen	Barmer	BKK Linde
Bezuschussung	100% - 125€	60% - 75€	80% - 100€
Restbetrag	<u>0€</u>	<u>50€</u>	<u>25€</u>

(Kann von Mitarbeiter oder Unternehmen übernommen werden, Stand 08/2023)