



KUNTOTESTIT JA PT-PALVELUT

Haikon Kylpylässä monipuoliset kunnon testaukset ja Personal Trainer-palvelut ryhmille ja hotellivieraille. Kysy myös [tarjousta ryhmille!](#)

## Kuntotestit ja Personal Trainer-palvelut 2020

KUNTOTESTIT	Ma-pe	La-su
<b>InBody - Kehon koostumuksen mittaus 25 min</b>	30€	33€
monipuolinen tulosraportti kertoo mm. lihaksen ja rasvan jakautumisen kehossa, vatsaontelon viskeraalisen rasvan määrän sekä nestetasapainon eri kehon osissa. Sisältää henkilökohtaisen palautteen ja tulosten mittauksesta.		
<b>InBody - Kehon koostumuksen mittaus 15 min</b>	20€	22€
sisältää tulosten mittauksesta		
<b>Polar Body Age - Kehon iän kartoitus 60 min</b>	60€	66€

Kartoitus on monipuolinen ja helposti ymmärrettävä. Testi on miellyttävä eikä vaadi ylimääräisiä ponnisteluja. Kartoituksen jälkeen saat tiedon kehosi todellisesta iästä.

**Ergometritesti 60 min**

60€

66€

Kolmiportainen ergometritesti, jolla arvioidaan hengitys- ja verenkiertoelimistön kuntoa.

**PT-PALVELUT**

Personal Trainer auttaa sinua pääsemään tavoitteisiisi monipuolisen valmennuksen avulla, olitpa sitten aloittelija tai konkari. Ottamalla yhteyttä teet ensimmäisen askeleen kohti terveellisempää elämää! 25 min PT konsultaation hinta hyvitetään 3-10 tapaamisen varauksen yhteydessä.

PT konsultaatio 25 min

50€

50€

1 PT tapaaminen 60 min

70€

70€

3 PT tapaamista (1 tunti/kerta)

195€

195€

6 PT tapaamista (1 tunti/kerta)

360€

360€

**Varaa kuntotesti**