

## Folgende Leistungen sind im Präventionspark-Training der Physiotherapie Montfort inkludiert:

- **Training im Präventionspark**
  - Erstellen eines individuellen Trainingsplans
  - Einschulung auf die Trainingsgeräte
  - Erstellen einer Chipkarte zur Trainingssteuerung
- Aufzeigen von einfachen **Übungen zur Steigerung der Wirbelsäulen-Mobilität** zur Durchführung während den Trainingspausen und zu Hause.
- Auf Wunsch **persönlicher, individueller Ernährungstipp** durch Vitalcoach und Buchautor Martin Rinderer, BSc. ([www.vital.li](http://www.vital.li))

### Kosten:

- **einmalig 45€** für die Trainingsplan-Erstellung, Geräteeinführung und Chipkarten-Programmierung
- **58€ pro Monat** mit unbegrenzter Nutzung des Präventionsparks während den Öffnungszeiten der Physiotherapie.

*Präventionspark-Training zur selbstständigen Durchführung mittels Chipkarten-Steuerung. Training kann im Monats-Abo gebucht und jederzeit auf den darauffolgenden Monat gekündigt werden. Als Stichtag gilt das Datum der Anmeldung.*

*Während des Zeitraums von physiotherapeutischen Behandlungen kann der Präventionspark kostenfrei mitbenutzt werden.*

*Alle Preise sind inkl. 20% USt.*