



# SILKE DREWS

Personal Trainer | Pilates | Mental Coach

Silke Drews Richterskamp 10 45525 Hattingen

Mobil: 0176 349 35 889 E- Mail: kontakt@silkedrews-hattingen.de

## Kursplan und Honorare gültig ab dem 01.01.2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag / Sonntag
9:30 – 10:30 Pilates 2 Plätze frei	9:00 – 10:00 Pilates 1 Platz frei				<b>Siehe unter Workshops &amp; Fasziengruß</b>
11:00 – 12:00 PT belegt	10:30 – 11:30 Pilates 1 Platz frei			10:00 – 11:00 Pilates 1 Platz frei	
12:30 – 13:30 PT belegt	12:00 – 12:30 PT belegt			11:30 – 12:30 Pilates 3 Plätze frei	
				14:00 – 15:00 Pilates 1 Platz frei	
			15:00 – 16:00 PT belegt	15:30 – 16:30 Pilates belegt	
16:45 – 17:45 Pilates belegt	17:00 – 18:00 PT belegt	16:30 – 17:30 Pilates belegt	17:00 – 18:00 Pilates belegt	17:00 – 18:00 PT belegt	
18:15 – 19:15 Pilates belegt	18:30 – 19:30 Pilates belegt	18:00 – 19:00 Pilates belegt	18:30 – 19:30 Pilates belegt		
19:45 – 20:45 Pilates belegt	20:00 – 21:00 Pilates belegt	19:30 – 20:30 Pilates 1 Platz frei	20:00 – 21:00 Pilates 1 Platz frei		

## Honorare:

### PERSONAL TRAINING:

Erstgespräch	35 €
Einzelstunde 60 Min.	60 €
Einzelstunde 45 Min.	45 €
Einzelstunde 30 Min.	30 €
5er-Karte (60 Min.)	250 €
10er-Karte (60Min.)	500 €

### DUO TRAINING: (pro Person)

Erstgespräch	20 €
Einzelstunde	30 €
5er - Karte	125 €
10er - Karte	250 €

Termine für Einzel- und Duo-Training nach Vereinbarung.

### PILATES - ABONNEMENTS

**Schnuppermonat: (einmalig)**  
**4 x Training/Monat für 40 €**

#### 1 x WOCHE KLEINGRUPPENTRAINING

6 Monate 60 € pro Monat  
(2 Monate Kündigungsfrist)

**WORKSHOPS:** 50 €  
Gesunde Füße 80 € inkl. Trainingsaustattung

### MENTAL – COACHING:

Einführungsgespräch (Dauer: ca. 30 - 45 Min.) 20 €  
Coaching: Minutengenaue Abrechnung 1,40 € / Minute