



KARI

Zentrum für Rückengesundheit
und Leistungsfähigkeit

Pakete und Preise

FIT UND GESUND-PAKET: Das Training für mehr Wohlbefinden € 1.230,-

26

Sie fühlen sich steif, unbeweglich und verspannt?

26 Wohlfühleinheiten zur Beweglichkeitsförderung und zum Spannungsabbau

2mal pro Woche 60 Minuten betreutes Training

SPORT UND AKTIV-PAKET: Steigerung der Leistungsfähigkeit € 795,-

17

Sie wollen sich in Ihrer Sportart weiter verbessern oder trainieren auf ein bestimmtes Ziel hin?

17 Sport-aktiv-einheiten zur Verbesserung der allgemeinen oder speziellen Leistungsfähigkeit und Kraft

je nach Trainingsziel 1 bis 2mal pro Woche 60 Minuten betreutes Training

RÜCKENAUFBAU-PAKET: Problembeseitigung € 1.230,-

26

Sie versuchen vielleicht schon länger, Ihr Rückenproblem in den Griff zu bekommen?

26 Bewegungseinheiten zur Reduktion und Beseitigung von Problemen am Rücken

2mal pro Woche 60 Minuten betreutes und sanftes Aufbautraining

INDIVIDUAL-PAKET: Preis auf Anfrage

**

Für ganz spezielle Ansprüche ein ganz spezielles Training

Wir beraten Sie gerne und finden gemeinsam eine Lösung

ERHALTUNGS-PAKET: Erhalten des erzielten Erfolgs

Sie sind mit dem erreichten Ziel zufrieden und wollen bei geringem Zeitaufwand möglichst effektiv weitertrainieren?

1mal Training alle 7-10 Tage

10

E 10: 10 Erhaltungseinheiten zu 60 Minuten betreutem Training € 460,-

20

E 20: 20 Erhaltungseinheiten zu 60 Minuten betreutem Training € 860,-

30

E 30: 30 Erhaltungseinheiten zu 60 Minuten betreutem Training € 1.200,-

50

E 50: 50 Erhaltungseinheiten zu 60 Minuten betreutem Training € 1.850,-

Betreutes Training:

Sie trainieren in Kleinstgruppen mit maximal 2 anderen Personen gemeinsam pro Stunde.
Haben Sie noch Fragen? Wir stehen Ihnen gerne zur Verfügung!

Vereinbaren Sie noch heute einen Beratungstermin im Zentrum!

> **Wir nehmen uns gerne Zeit für Sie. Tel. 0676 / 50 77 397, Mail office@zentrum-kari.at**



Anmeldung & AGB

Bitte gewünschtes Paket ankreuzen.

- | | | |
|-----------------------|-----------------------|-------------------|
| <input type="radio"/> | FIT UND GESUND-PAKET | € 1.230,- |
| <input type="radio"/> | SPORT UND AKTIV-PAKET | € 795,- |
| <input type="radio"/> | RÜCKENAUFBAU-PAKET | € 1.230,- |
| <input type="radio"/> | INDIVIDUAL-PAKET | Preis auf Anfrage |
| <input type="radio"/> | ERHALTUNGS-PAKET E10 | € 460,- |
| <input type="radio"/> | ERHALTUNGS-PAKET E20 | € 860,- |
| <input type="radio"/> | ERHALTUNGS-PAKET E30 | € 1.200,- |
| <input type="radio"/> | ERHALTUNGS-PAKET E50 | € 1.850,- |

Name

Vorname

Straße

PLZ und Wohnort

1. Anmeldung

Ich melde mich hiermit zu dem oben angekreuzten Trainingspaket an.

2. Wir bieten

Das Zentrum-Kari stellt Ihnen Räume, Dusch-, und Umkleidemöglichkeiten zur Verfügung. Basierend auf der ärztlichen Voruntersuchung erstellt das Zentrum-Kari ein auf Sie zugeschnittenes Trainingsprogramm, das dann unter Leitung einer qualifizierten Fachkraft ca. 1-2 mal pro Woche durchgeführt wird. Die Dauer einer Trainingseinheit beträgt durchschnittlich 60 Minuten.

3. Kosten

Die Kosten für die Trainingsprogramme beziehen sich auf die aktuelle gültige Preisliste. Wir ersuchen Sie, die Rechnung nach erfolgter Buchung Ihres Pakets umgehend zu bezahlen.

4. Trainingszeiten

Die Trainingsstunden finden nach individueller Vereinbarung innerhalb der jeweils geltenden Öffnungszeiten statt. Bitte teilen Sie uns eine Verhinderung Ihres ausgemachten Trainingstermins mindestens 24 Stunden vor dem Trainingsbeginn mit. (per mail oder Telefon) Ab der 2. nicht fristgerecht abgesagten Trainingseinheit müssen wir diese leider verrechnen.

5. Kündigung

Sollten Sie Ihr laufendes Paket unterbrechen oder beenden wollen, teilen Sie uns dies bitte mit. Bis zu diesem Zeitpunkt nicht konsumierte und bereits bezahlte Einheiten werden an Sie rückvergütet.

6. Haftung

Das Zentrum-Kari übernimmt für mitgebrachte Wertgegenstände keine Haftung. Aufgrund der fachlich medizinischen Qualifikation des Zentrums-Kari kann

ein durch das Training ausgelöstes Problem an Ihrem Bewegungsapparat nahezu ausgeschlossen werden. Sollte es aber trotzdem zu einer Verletzung kommen, übernimmt das Zentrum-Kari dafür keine Haftung.

7. Sonstiges

Durch die vorangegangene ärztliche Untersuchung können alle gegen eine Aufnahme des Trainings sprechenden Kontraindikationen ausgeschlossen werden. Mit Ihrer Einzahlung der Rechnungssumme nehmen Sie die Punkte dieser Anmeldung zur Kenntnis.

Kontraindikationsliste

- Mißbildungen der Wirbelsäule (z.B. Morbus Scheuermann, Skoliose von mehr als 30° nach Cobb, Spina bifida mit Befall von mehr als einem Wirbelsäulensegment).
- Frische Frakturen kürzer als 4 Monate
- Akuter Bandscheibenvorfall mit Beinbeschwerden
- Operationsindizierte Befunde
- Progressive neurologische Befunde
- Krankheiten des rheumatischen Formenkreises wie gesicherter Morbus Bechterew oder Polyarthritis
- Schwere Osteoporose mit weniger als 80% der Altersgruppe an Knochendichte oder Unterschreiten der zwei Sigmagrenzen
- Gefäßerkrankungen wie z.B. Aneurysma der Aorta, Zustand nach Embolie der Lunge, Zustand nach Thrombose großer Venen, vorübergehende Durchblutungsstörungen des Gehirns mit wieder zurückgegangenen Ausfallerscheinungen
- Schwere Herz-Kreislauf-Erkrankungen z.B. Herzklappenfehler mit Pumpstörung des Herzens, stark erhöhter Blutdruck
- Tumorleiden
- Frische Bauchoperation, frauenärztliche Operation, Nabelbrüche
- Grüner Star, Netzhautablösung



Ort, Datum

Unterschrift Kundin/Kunde

Unterschrift Zentrum-Kari