

## CENNÍK SLUŽIEB

### OSOBNÉ TRÉNINGY

Osobné tréningy pod dohľadom trénera - balík <i>V cene: merania tuku, káva, voda a zapožičanie uteráka</i>	4/8/12/16 tréningov mesačne	od 17,50€
Osobný tréning pre dvojicu	1 hod.	30,00€
Permanentka mesačná	4 týždne	47,00€
Permanentka vstupová	10x vstup	50,00€

### SKUPINOVÉ TRÉNINGY

Veľká skupina (max. 12 ľudí)	4 týždne/ 12 tréningov	59,00€
	10 tréningov (platné 70 dní)	60,00€
Súkromné skupinové tréningy	Na základe dohody	
Firemný teambuilding	Na základe dohody	

### FITKO

Jednorazový vstup pre každého	1x vstup	8,00€
-------------------------------	----------	-------

### SQUASH

Vstupová permanentka pre 2 osoby	10 vstupov po 1 hod.*	110,00€
Jednorazový vstup pre 2 osoby	1 hod.*	12,00€

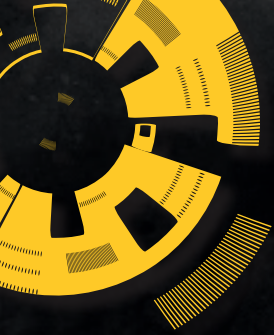
\*Dostupných 60 minút navyše na prezliekanie a sprchu (30 pred a 30 po).

### BOULDEROVÁ „LEZECKÁ“ STENA

Vstupová permanentka	10 vstupov	45,00€
Jednorazový vstup	1 vstup	5,00€

**WWW.FITKOMI.SK**

v prípade záujmu nás kontaktujte na [info@fitkomi.sk](mailto:info@fitkomi.sk)  
STRANA 1/3



## CENNÍK SLUŽIEB

### VÝŽIVOVÉ PORADENSTVO

Individuálny výživový plán od výživovej poradkyne		140,00€
Jednorázová konzultácia	1 hod.	25,00€
Online jedálničiek na mieru*		37,00€

\*Pre viac informácií navštívte [www.fitko.sk/jedalnicek](http://www.fitko.sk/jedalnicek)

### PROGRAM FIT EMPLOYEE

Prednáška pre zamestnancov zameraná na sedavú prácu, jej dopady a návod na kompenzáciu a zlepšenie stavu 45 - 60 min.

Pravidelné skupinové cvičenia zamerané na kompenzáciu pracovného zaťaženia spôsobeného sedením 1 hod.

\*Cena na vyžiadanie, pre bližšie informácie nás prosím kontaktujte na [info@fitkomi.sk](mailto:info@fitkomi.sk)

### FYZIOTERAPIA

Diagnostika + Manuálna terapia + Cvičenie	60 min.	35,00€
Diagnostika + Manuálna terapia + Cvičenie	30 min.	23,00€
Suchá ihla	15 min.	7,00€
Tejping		7,00€

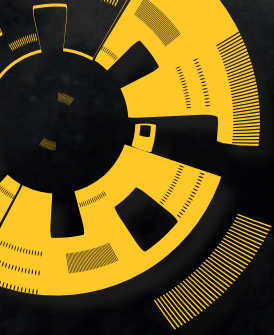
### BANKOVANIE

Päta a Achillova päta	20 min.	13,20€
Lakteť	20 min.	13,20€
Koleno	20 min.	13,20€
Bedro	30 min.	19,80€
Rameno	30 min.	19,80€
Krčná chrbtica	30 min.	19,80€
Driekovo-krížová oblasť	45 min.	24,20€
Celý chrbát	60 min.	29,60€

**WWW.FITKOMI.SK**

v prípade záujmu nás kontaktujte na [info@fitkomi.sk](mailto:info@fitkomi.sk)

STRANA 2/3



## CENNÍK SLUŽIEB

### KLASICKÁ MASÁŽ

Chrbát	30 min.	19,80€
Chrbát a krk + parafínový zábal	45 min. + 5 min.	24,20€
Celé telo (nohy, chrbát, krk) + parafínový zábal	60 min. + 10 min.	29,60€
Nohy	30 min.	19,80€
Tvár	20 min.	13,20€
Brucho	15 min.	11,00€
Horná končatina - jedna	20 min.	13,20€
Horné končatiny - obe	40 min.	22,00€

### AKUPRESÚRA – ku klasickej masáži

Šija a plecia	4,40€
Chrbát	4,40€
Krížová oblasť	4,40€

### MANUÁLNA LYMFODRENÁŽ

Dolné končatiny zadná strana	90 min.	40,70€
Dolné končatiny predná strana	90 min.	40,70€
Ošetrovanie chrbta	45 min.	26,40€
Horné končatiny	90 min.	40,70€

### REFLEXNÁ MASÁŽ

Reflexná masáž chodidla – 1 chodidlo	20 min.	11,00€
--------------------------------------	---------	--------

### SEGMENTOVÁ TECHNIKA REFLEXNEJ MASÁŽE

Chrbát	30 min.	22,00€
Šija a hlava	30 min.	22,00€
Panva	30 min.	22,00€
Hrudník	30 min.	22,00€
Horné alebo dolné končatiny	30 min.	22,00€