

GRUPPENTRAINING

Einzeleintritt	CHF *15.-/20.-
Monatsabo Erwachsene	CHF 85.-
Monatsabo 17-19 jährige	CHF 60.-
Monatsabo 11-16 jährige	CHF 50.-

Standort	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
GYM Schönbühl	*16:45-17:45				*17:00-18:00
			*18:30-19:30	*18:30-19:30	
GYM Ittigen	18:00-19:15	18:00-19:15		17:00-18:15	

PERSONALTRAINING

Einzeltraining	1 Teilnehmer	CHF 75.-
Einzeltraining	2 Teilnehmer	CHF 80.-
Kleingruppen	3 - 4 Teilnehmer	CHF 100.-
Firmen / Vereine / Sportclubs		CHF 150.-

Die Einzeltrainings von 60 Minuten finden jeweils Montag bis Freitag, von 10:00 bis 20:00 Uhr nach Absprache in Schönbühl statt. Auf Wunsch auch bei Ihnen vor Ort möglich.

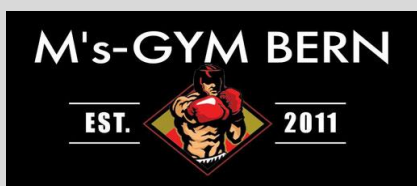
MASSAGEN

Nacken & Schultergürtel	20Min / CHF 30.-
Nacken & Schultergürtel mit Massageöl	25Min / CHF 35.-
Nacken & Rücken	40Min / CHF 50.-
Nacken & Rücken mit Massageöl	40Min / CHF 55.-
Ganzkörper	70Min / CHF 90.-

Die Klassische- oder Sportmassage sind ab dem 18. Altersjahr für Frauen und Männer. Termine jeweils Montag bis Freitag von 10:00 bis 20:00 Uhr in Schönbühl.

Boxing Team Ittigen

Jahresbeitrag Mitgliedschaft Erwachsene	CHF 120.-
Jahresbeitrag Mitgliedschaft Kinder und Jugendliche	CHF 60.-



M's GYM BERN
Grubenstrasse 7b
3322 Schönbühl

Voranmeldung
078 703 72 89



Boxing Team Ittigen
GYM Ittigen
Talweg 31
3063 Ittigen