

# Cambridge

## Ohjelma®

### HINNASTO JA VALMENNUSKSIEN KUVAUKSET

<u>Tuotteet</u>	kpl	/	pkt
Puurot, keitot ja pirtelöt	3,50 €		65,00 € (21 kpl)
Pasta	3,50 €		43,50 € (14 kpl)
Patukka tai bites-pussi	4,10 €		28,00 € (7 kpl)
Mehujauhe	12,00 €		
Mix-a-Mousse	12,00 €		
Shaker/juomapullo	7,50 €		

### Valmennukset

**Aloituskäynti 45-60 min. 45,00 €**

Käymme yhdessä läpi nykytilanteesi, tavoitteesi ja toiveesi, joiden pohjalta laadimme henkilökohtaisen laihdutussuunnitelmasi. Saat selkeät ohjeet ensimmäistä laihdutusviikkoa varten. Mittaan pituuden, painon, kehonkoostumuksen ja otan sinusta valokuvat. Saat kotelon, joka sisältää Cambridge Ohjelman esitteitä, taso-ohjelma materiaalin, sekä kalenterin.

**Paristartti 60-75 min. 30,00 € / hlö.**

Sinulle, joka haluat tulla valmennukseen yhdessä kaverisi kanssa.  
Molemmille oma henkilökohtainen laihdutussuunnitelma.

**Seurantakäynti 15 min. 15,00 €**

Kuulumisten vaihto, punnitus ja meneillään olevan taso-ohjelman kertaus. Lyhyempi valmennus sopii silloin, kun tarvitset napakat ohjeet tai sinulla on tiukka aikataulu ja jatkat tasoa.

**Seurantakäynti 30 min. 30,00 €**

Kuulumisten vaihto, punnitus ja uuden tason ohjaus seuraaville viikoille. Kehonkoostumusmittaus halutessasi.

**Seurantakäynti kahdelle 45 min. 20,00 € / hlö.**

**Etävalmennus poikkeusaikana yksilö 15,00 € / pari 20,00 €**

Valmennus toteutetaan Teams-sovellusta hyödyntäen.

**Tutustuminen 20 min. 0,00 €**

Kerron yleisesti Cambridge taso-ohjelmasta ja valmennuksesta. Vastaan mahdollisiin kysymyksiisi. Ei sido mihinkään.

Hintoihin sisältyy alv. 14 % / 24 %