

Coaching

@MovementPerformancePeak

Leistungen	Plus	Advanced	Professional
Erstgespräch	✓	✓	✓
Trainingsplan	2-3 - Wochen Plan	1-2 - Wochen Plan	1 - Wochen Plan
Trainingsplangestaltung <small>(Eintragen der Trainingsstunden Garmin Connect Kalender)</small>	zwei- bis dreiwöchentlich	ein- bis zweiwöchentlich	wöchentlich
Persönliches Kalendermanagement <small>(Eintragen der persönlicher Termine in Garmin Connect Kalender)</small>	drei Wochen im Vorlauf	zweiwöchentlicher Vorlauf	wöchentlicher Vorlauf
Trainingsplattform Management <small>(Eintragen der Workouts auf jeweiliger Plattform)</small>	✓ <small>(als Notiz in Garmin Connect Kalender)</small>	✓ <small>(als fertige Workouts in Garmin Connect Kalender)</small>	✓ <small>(als fertige Workouts in Garmin Connect Kalender)</small>
persönliche Betreuung <small>(Absprache & Klärung von Fragen)</small>	wöchentliche Absprache	mehrmalige wöchentliche Absprache nach Bedarf	Absprache und Austausch jederzeit
Planung von Pacing und Verpflegungsstrategie beim Wettkampf	✓ <small>(Planung von Pacingstrategie)</small>	✓ <small>(Planung von Pacingstrategie)</small>	✓ <small>(Planung von Verpflegungs- und Pacingstrategie)</small>
Kosten	ab 119 € / Monat	ab 149 € / Monat	ab 179 € / Monat

Zusatzleistungen

(können zum Standard Paket für einen monatlichen, über die gesamte Dauer des Coaching laufenden, Aufpreis hinzugebucht werden.)

Leistungsdiagnostik <small>(Leistungsdiagnostik Basis @Wildrad.eu)</small>	Leistungsdiagnostik in einer Sportart alle sechs Monate. Aufpreis: 29 € / Monat	Leistungsdiagnostik für Laufen und/oder Radfahren alle sechs Monate Aufpreis: 29 € / Monat <small>(bei Laufen und Radfahren 49 € / Monat)</small>	Leistungsdiagnostik für Laufen und/oder Radfahren alle fünf Monate Aufpreis: 34 € / Monat <small>(bei Laufen und Radfahren 59 € / Monat)</small>
Bikefitting @wildrad.eu*	Bikefitting einmal jährlich Aufpreis: 12 € / Monat	Bikefitting einmal jährlich Aufpreis: 12 € / Monat	Bikefitting alle sechs Monate Aufpreis: 22 € / Monat
Laufanalyse @wildrad.eu**	Laufanalyse einmal jährlich Aufpreis: 12 € / Monat	Laufanalyse alle sechs Monate Aufpreis: 22 € / Monat	Laufanalyse alle sechs Monate Aufpreis: 20 € / Monat
Physiotherapeutische Behandlung <small>(10-minütige Behandlung)</small>	-	-	zweiwöchentlich @Wildrad.eu 149 € / Monat

Individuelle Angebote können per Email angefragt werden.

Mit der schriftlichen Bestätigung des Angebots erkläre ich, dass ich die AGBs & die DSGVO von mppeak.com gelesen und vollständig akzeptiert habe.

*Entspricht dem Bikefitting Plus Paket, welches unter <https://wildrad.eu/pages/bike-fitting> beschrieben ist.

**Entspricht dem Laufanalyse Plus Paket, welches unter <https://mppeak.com/running-analysis-2/> beschrieben ist.