

NORDIC WALKING DĚČÍN

CENÍK kurzů SPRÁVNÉ TECHNIKY NORDIC WALKING, platný od 1.7. 2022

Cena základního kurzu zahrnuje: zapůjčení holí, teorie, pomoc s výběrem a nastavením holí, rozcvičení, nácvik správné techniky chůze s holemi, nejčastější chyby, kondiční cvičení, závěrečný strečing.
V případě zájmu po lekci je možné konzultovat jednoduché dotazy ohledně výživy.

Skupinové kurzy (5 a více osob)

Základní lekce* (mírnější terén)	Základní + pokročilejší (včetně dopravného mimo Děčín do 50 km, od 4 osob)	Zážitkové kurzy v Saském Švýcarsku	Zážitkové kurzy v Saském Švýcarsku
1,5 - 2 hodiny	3 – 3,5 hodiny	2-4 hodiny	4-8 hodin
350 Kč / osoba	490 Kč / osoba	590 Kč / osoba	690 Kč / osoba

*platí pro kurzy pořádané v Děčíně, v ostatních městech do 50km jsou kurzy od 3 hodin, nad 30 km od Děčína je cena kurzu 540 Kč.

Individuální nabídka (1 – 2 osoby)

Základní lekce terén dle domluvy	Pro pokročilé nebo delší trasa	Základ pro seniory (mírný terén)	Zážitkové kurzy v Saském Švýcarsku
1,5 hodiny	3 hodiny	1 hodina	4-8 hodin
850 Kč / kurz	1700 Kč / kurz	490 Kč / kurz	890-1490 Kč/osoba

Lekce lze domluvit kdekoli v ČR, cestovné mimo okolí Děčína 4 Kč za 1 km.

U individuálních kurzů pro větší skupiny a teambuildingy bude cena určena dohodou.

VIP ZEŠTÍHLUJÍCÍ BALÍČEK NA MÍRU na 3 měsíce - individuální výživový plán, 6x měření tělesné analýzy (váha Tanita), 6 kontrol + probiotická kúra, předpis mikrobiomu / detox HARMONELO (4 lahvičky) + 1 x soukromá lekce techniky NW + 6 x individuální kondiční lekce 60 minut + výlety – 8 900 Kč

- Pravidelné skupinové výlety bez instruktáže NW (od 4 osob) od 150 Kč
- Individuální výlety pro jednotlivce a skupiny (ČR, Německo) – cena dle dohody
- Teambuilding – možnost připravení programu s NW – cena dle dohody
- Dárkové poukazy na všechny mé služby dle přání.
- Možnost zapůjčení (v ceně kurzu) či zakoupení holí italské značky Fizzan.

Pro termíny a podrobné informace ke kurzům i výletům kontaktujte:

JITKA KOČOVÁ

telefon: **731 522 839**

www.nordicwalkingtours.cz

e-mail: info@j itkakocova.cz

FB: Nordic Walking Děčín

Členem:

