

# Angebote und Preise

## *Erstgespräch*

Kennenlerngespräch z. B. per Videocall, 30 Minuten

*kostenlos*

## *1 Monat Fitness-Coaching*

- Gründliche Anamnese durch Fragebogen und Erstgespräch
- Individuelle Planerstellung zu Training, Bewegung und Regeneration sowie Ernährung
- 2 persönliche Video-Coachingcalls á jew. 60 Minuten
- Unterstützende Materialien wie Übungsvideos, Rezeptideen oder Listen zur Dokumentation
- Wöchentliche Analyse des Fortschritts und ggf. notwendige Plananpassung
- Jederzeit Möglichkeit für Rückfragen

*Preis: 249 € (Endpreis ohne MwSt gem. § 19 UStG)*

## *Jeder weitere Monat Fitness-Coaching*

- Gilt bei einer Buchung innerhalb von 6 Monaten nach Ende des Fitness-Coachings. (Wird erst nach 6 Monaten gebucht, gilt der Normalpreis.)
- Enthält keine erneute Anamnese!

*Preis: 199 € ~~statt 249 €~~ (Endpreis ohne MwSt gem. § 19 UStG)*

### 3 Monate Fitness-Coaching

- Gründliche Anamnese durch Fragebogen
- Individuelle Planerstellung zu Training (inkl. Videos), Bewegung und Regeneration sowie Ernährung
- 6 persönliche Video-Coachingcalls á jew. 60 Minuten
- Wöchentliche Analyse des Fortschritts und ggf. notwendige Plananpassung
- Jederzeit Möglichkeit für Rückfragen

*Preis: nur 582 € statt ~~647 €~~ (-10 %) (Endpreis ohne MwSt gem. § 19 UStG)*

### 6 Monat Fitness-Coaching

- Gründliche Anamnese durch Fragebogen
- Individuelle Planerstellung zu Training (inkl. Videos), Bewegung und Regeneration sowie Ernährung
- 12 persönliche Video-Coachingcalls á jew. 60 Minuten
- Wöchentliche Analyse des Fortschritts und ggf. notwendige Plananpassung
- Jederzeit Möglichkeit für Rückfragen

*Preis: nur 1055€ statt ~~1244 €~~ (-15 %) (Endpreis ohne MwSt gem. § 19 UStG)*

### Zusätzlicher Coachingcall

- 1 persönlicher Video-Coachingcall á 45 Minuten
- Nur bei laufendem Coaching-Vertrag buchbar.

*Preis: 40 € (Endpreis ohne MwSt gem. § 19 UStG)*

### Anamnesegespräch zu individuellem Angebot

- Kostenerstattung bei Buchung eines individuellen Pakets mit mindestens 1 Monat Laufzeit.

*Preis: 85 € (Endpreis ohne MwSt gem. § 19 UStG)*

## Einzelcoaching

- 1 persönlicher Video-Coachingcall zu deinem individuellen Thema á 60 Minuten
- Keine Erstellung von Plänen im Preis enthalten.

*Preis: 85 € (Endpreis ohne MwSt gem. § 19 UStG)*

## Vorträge, Seminare und Workshops

- Mögliche Vortragsthemen z. B. „Training und DIS - über Krafttraining zu besserer Innenkommunikation“, „Krafttraining als lebensrettender Anker im Ausstieg“, „Sichere Tagesstruktur bei Neurodivergenz durch aktive Lebensgestaltung“ oder „Fokus auf das Wichtige - Reizminimierung in Trainingssituationen“.
- Fachvorträge, autobiografische Vorträge, Workshops, Seminare oder Gastvorträge (für Studierende z.B. der Psychologie, der sozialen Arbeit oder Auszubildene der Heilerziehungspflege, der Ergotherapie etc.).
- Für Praxen der medizinischen Versorgung (z.B. Physiotherapie) biete ich Schulungen im Umgang mit traumatisierten und/oder neurodivergenten Patientinnen an.

*Preise auf Anfrage*

## Kein passendes Angebot gefunden?

Kein Problem, melde dich bei mir und wir finden eine Lösung!

*mail@purechaosfit.de*

# Finanzierungsmöglichkeiten

Mein Coaching kann u. U. über die Eingliederungshilfe, Stiftungen oder Fonds finanziert werden.

**pure  
chaos  
fit**

*by Hanna Winter*

[purechaosfit.de](https://purechaosfit.de)

[mail@purechaosfit.de](mailto:mail@purechaosfit.de)

## *Qualifizierte Assistenz im Rahmen des persönlichen Budgets*

Ich erfülle die Kriterien einer Fachkraft nach BTHG (Bundesteilhabegesetz). Konzeptionell ist dieses Angebot auf „Tagesstrukturierung durch aktive Lebensgestaltung außerhalb von Institutionen“ ausgelegt. Das Konzept stelle ich bei Bedarf zur Verfügung (auch zur Weiterleitung an den Kostenträger).

*Kosten: nach Absprache bzw. ind. Zielvereinbarung/Kosten- und Leistungsplan*

## *Weitere Finanzierungsoptionen*

Die Abrechnung meiner Angebote über verschiedene Fonds, Stiftungen oder im Rahmen des persönlichen Budgets (als Sachbudget oder Freizeitbudget) sind von meiner Seite aus möglich.

Ich unterstütze das jeweilige Antragsverfahren mit den notwendigen Unterlagen und bei Bedarf mit entsprechenden Qualifikationsnachweisen. Allerdings begleite ich keine Antragsverfahren und biete auch keine sozialrechtliche Unterstützung an.

## *Wichtig zu wissen*

Wenn das Coaching extern finanziert wird, beginnt die Zusammenarbeit erst mit vorliegender (schriftlicher) Bewilligung/Kostenzusage.

Das Fitness-Coaching muss als Onlineangebot bewilligt sein. Ich biete keine Vorort-Assistenz und keine Begleitung zu Terminen und Aktivitäten an.

Ich arbeite ausschließlich auf Rechnung.

Die Bezahlung erfolgt per Vorkasse.

Bei langfristig geplanter und bewilligter qualifizierter Assistenz sind individuelle Zahlungsziele bzw. Vereinbarungen möglich.

Stand: 26.09.2025