KUNTOUTUSKESKUS RUISSALO
TERVEYS · HYVINVOINTI · KUNTOUTUS

Kuntoutuskeskus /Testit ja mittaukset

	Kesto min	Hlö max	€ Hinta MA-PE	€ Hinta Lauantai
Kävelytesti ulkona	120	1	**115**	
- 2 km:n kävelytesti	120	2-10	**320**	
- testipalaute (ryhmälle yhteisesti)	120	11-20	**420**	
Lihaskuntotesti	60	1	**75**	
- Suppea kuntotesti: Vatsa-, selkä-, reisi- ja yläraajalihastestit	90	10	**260**	
- 30 sek/testi	90	20	**320**	
- Testipalaute (ryhmälle yhteisesti)				
In Body-mittaus + palaute		1	**17**	**19**
- Kehon koostumusmittaus	60	15-20	**Tarjous**	**Tarjous**
- Mittaa kokonaispainon, rasvakudoksen määrän, kehon	90	20-30	**Tarjous**	**Tarjous**
nestemäärän, vyötärölantiosuhteen ja tavoitepainon				
Polkypyöräergometritesti (Vain Ruissalon Kylpylässä)	60	1	**75 /hlö**	**85 /hlö**
- Ennen testiä tehdään riskikartoituskysely terveydentilasta		3	**173 /ryhmä**	
- 12 min epäsuora polkupyöräergometritesti				
(Testejä voi tehdä samanaikaisesti 3 eri henkilölle)				
Kunnon testipäivä	Hinta määräytyy valittavien palvelujen mukaisesti			
HUOM. Hinnat ovat arvioita. Lopullinen hinta määräytyy ryhmäkoon ja valittujen /yhdisteltävien palveluiden				
perusteella.				

Oikeudet hinnanmuutoksiin pidätetään.