

# Base

## Medical Athletic-Coach (MAC)

MAC nutzt Erkenntnisse aus den Bereichen Sportmedizin, Physiotherapie und Trainingswissenschaften. Schwerpunkte im **MAC ESV** sind:

- Prävention orthopädischer Verletzungen und Sportverletzungen
- Betreuung in der Endphase der Rehabilitation von Verletzungen bis hin zur Rückkehr in die Sportart
- Langfristige Leistungsentwicklung

## Nur Mitglieder

### Medical Athletic Coach: Verletzungsindiziertes/sporttherapeutisches Personal Training

- Eingangs-Anamnese mit Standortbestimmung und Festlegung individueller Zielsetzungen
- Aufstellung individualisierter Trainingsplan evtl. in Kombination mit Ernährungsberatung
- Training mit/ohne Gerät evtl. in Kombination mit integrierten Sportmassagen
- Zusätzlich: Nutzung BASE unbegrenzt

#### Kosten:

- Voraussetzung: Mitgliedschaft ESV + Mitgliedschaft BASE für mindestens 3 Monate
- Anamnesegespräch pauschal 60 €
- Personal-Training 60 €/h, als 10er-Karte € 550.-

## Mitglieder und Nicht-Mitglieder



### Sportmassagen und/oder Wellnessmassagen (MAC)

Kosten: 30 min. 35 € / 10er  
Karte 300 €

### Taping (MAC)

#### Kosten:

- Anamnesegespräch pauschal € 30.-
- Taping 10 € unabhängig von Zeitaufwand