

Prislista medlemskap 2020

(Med reservation för eventuella prisändringar)

Träningskort

Utan bindningstid, autogiro: 419 kr/månad

(en månads uppsägning)

1 månad: 600 kr

3 månader: 1500 kr

6 månader: 2320 kr **Autogiro:** 399 kr/månad

12 månader: 4390 kr **Autogiro:** 378 kr/månad

Träningskort, studenter

Utan bindningstid, autogiro: 335 kr/månad

(en månads uppsägning)

1 månad: 480 kr

3 månader: 1200 kr

6 månader: 1850 kr **Autogiro:** 319 kr/månad

12 månader: 3500 kr **Autogiro:** 300 kr/månad

Träningskort, ungdom (7 - 15 år)

Utan bindningstid, autogiro: 299 kr/månad

(en månads uppsägning)

1 månad: 340 kr

3 månader 900 kr

6 månader: 1700 kr **Autogiro:** 295 kr/månad

12 månader: 3190 kr **Autogiro:** 278 kr/månad

Träning 10-kort

Vuxen: 890 kr

Ungdom (7 - 15 år): 650 kr

Barn (0 - 6 år): 490 kr

Träning 1 tillfälle

100 kr

80 kr för ungdom

Beloppet dras av vid tecknande av medlemskap mot uppvisande av kvitto

Träningskort, senior (06.30-17.00)

Utan bindningstid, autogiro: 245 kr/månad

(en månads uppsägning)

1 månad: 310 kr

3 månader 760 kr

6 månader: 1300 kr **Autogiro:** 229 kr/månad

12 månader: 2390 kr **Autogiro:** 211 kr/månad

Få tillgång till träning efter kl 17.00 med ett tillägg på 40 kr/mån

Fysisk aktivitet på recept (FaR): 600 kr för 3 månaders träningskort, (individuellt samtal & träningsprogram ingår)

Friskvårdspaket: 2600 kr för 3 månaders träningskort, (3 månader massagefåtölj & 3 stycken PT ingår)

Prislista tjänster 2020

(Med reservation för eventuella prisändringar)

Massage

- Halvkroppsmassage:** 420 kr
- Halvkroppsmassage, 6-kort:** 2100 kr
- Helkroppsmassage:** 650 kr
- Helkroppsmassage, 6-kort:** 3025 kr
- Massagefåtölj 1 tillfälle:** 25 kr
- Massagefåtölj 1 månad:** 60 kr

Personlig Träning (PT)

- 1 pass Personlig Träning:** 700 kr
- 1 pass Personlig Träning 30 min:** 420 kr

Fördelningsförslag vid månadsupplägg:

- 10 veckor Personlig Träning 30 min:** 1515kr/månad (350kr/pass)
- 10 veckor Personlig Träning:** 2600kr/månad (600kr/pass)
- 20 veckor Personlig Träning:** 2050kr/månad (475kr/pass)
- 20 veckor 2pass/vecka Personlig Träning:** 3450/månad (400kr/pass)
- 30 veckor Personlig Träning:** 1900kr/månad (440kr/pass)
- 52 veckor Personlig Träning:** 1690kr/månad (390kr/pass)

Kostrådgivning

- Kostsamtal:** 350 kr
- Kostschema:** 1000kr/timme
- Uppföljning Kostschema:** 350kr

Samtalscoaching

- 1 tillfälle:** 700 kr
- 10-kort samtalscoaching:** 6000 kr

Tester

- Åstrandstest + Maxpulstest :** 650 kr (cykel)
- Åstrandstest:** 495 kr (cykel)
- Maxpulstest:** 495 kr (löpning)
- Fysiskt Arbetsprov:** 495 kr (cykel)
- Beep-test:** kontakta oss för offert (löpning)
- Testpaket:** 349 kr (styrka + kondition)
- Maxstyrkepaketet:** 495 kr
- Kroppsmätning:** 150 kr
Ingår vid nytecknande av medlemskap
- Kroppsmätning, 6-kort:** 550 kr

Övrigt

- Individuellt program:** 325 kr
- Träningsrådgivning:** 200 kr
Ingår vid nytecknande av medlemskap
- Basprogram:** 200 kr
Ingår vid nytecknande av medlemskap