

Prislista medlemskap 2021

(Med reservation för eventuella prisändringar)

Träningskort

Utan bindningstid, autogiro*¹: 419 kr/månad

1 månad: 600 kr

3 månader: 1500 kr

6 månader: 2320 kr Autogiro*²: 399 kr/månad

12 månader: 4390 kr Autogiro*²: 378 kr/månad

Träningskort, ungdom (7 - 15 år)

Utan bindningstid, autogiro*¹: 299 kr/månad

1 månad: 340 kr

3 månader 900 kr

6 månader: 1700 kr Autogiro*²: 295 kr/månad

12 månader: 3190 kr Autogiro*²: 278 kr/månad

Träningskort, senior (06.30-17.00)

Utan bindningstid, autogiro*¹: 245 kr/månad

1 månad: 310 kr

3 månader 760 kr

6 månader: 1300 kr Autogiro*²: 229 kr/månad

12 månader: 2390 kr Autogiro*²: 211 kr/månad

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

Träningskort, studenter

Utan bindningstid, autogiro*¹: 335 kr/månad

1 månad: 480 kr

3 månader: 1200 kr

6 månader: 1850 kr Autogiro*²: 319 kr/månad

12 månader: 3500 kr Autogiro*²: 300 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

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)

*¹= 1 månads uppsägningstid

*² = 1 månads uppsägningstid efter bindningstiden

Lok&Motion

Prislista tjänster 2021

(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

10 veckor Personlig Träning 30 min (350kr/pass)

Förköp: 3500 kr

Autogiro: 1515 kr/månad

10 veckor Personlig Träning (600kr/pass)

Förköp: 6000 kr

Autogiro: 2600kr/månad

20 veckor Personlig Träning (475kr/pass)

Förköp: 9500 kr

Autogiro: 2050kr/månad

20 veckor (2 pass/v) Personlig Träning

(400kr/pass)

Förköp: 16000 kr

Autogiro: 3450/månad

30 veckor Personlig Träning (440kr/pass)

Förköp: 13200 kr

Autogiro: 1900kr/månad

52 veckor Personlig Träning (390kr/pass)

Förköp: 20280 kr

Autogiro: 1690kr/månad

Kostrådgivning

Kostsamtal: 350 kr

Kostschema: 1000kr/timme

Uppföljning kostschema: 350kr

Samtalscoachning

1 tillfälle: 700 kr

10-kort samtalscoachning: 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