

# Individuelt medlemskab i fitnesscentret

	Motion	Motion Hold	Motion Svøm	Motion Hold Svøm	VIP	10 til 15 år
Fri træning	X	X	X	X	X	X*
Programlægning	X	X	X	X	X	X
Opfølgingsprogram	X	X	X	X	X	X
Holdtræning i fitnesscentret		X		X	X	X**
Vejning - måling - BMI - fedtprocent - muskelmasse - Normalpris 75		X	X	X	X	
Badminton på udvalgte tider		X		X	X	X
Fri svømmehal			X	X	X	
Svømmehal på udvalgte tider formiddag			X	X	X	
Holdtræning i svømmehal			X	X	X	
50% rabat på årligt sundhedstjek - normalpris 800					X	
½ liter kildevand ved træning					X	
Lån af håndklæde					X	
Frugt ved hver træning					X	
Løbende gode tilbud fra vores sponsorer	X	X	X	X	X	X
<b>Pris på medlemskaber - voksen:</b>						
<b>Pris pr. måned (DIBS opkrævning) eller 1 måned</b>	<b>190</b>	<b>260</b>	<b>260</b>	<b>320</b>	<b>400</b>	<b>95</b>
<b>Kontant 12 md.</b>	<b>2055</b>	<b>2810</b>	<b>2810</b>	<b>3460</b>	<b>4320</b>	<b>1025</b>
<b>Pris på medlemskaber - Skoleelever, Studerende og 65+:</b>						
<b>Pris pr. måned (DIBS opkrævning) eller 1 måned</b>	<b>165</b>	<b>225</b>	<b>225</b>	<b>275</b>	<b>340</b>	
<b>Kontant 12 md.</b>	<b>1745</b>	<b>2390</b>	<b>2390</b>	<b>2940</b>	<b>3675</b>	
<b>Familiemedlemskab - 2 voksne og alle hjemmeboende børn</b>	<b>640</b>	<b>Pr måned</b>		<b>6915</b>	<b>Pr. år</b>	
<b>Familiemedlemskab - 1 voksen og alle hjemmeboende børn</b>	<b>495</b>	<b>Pr måned</b>		<b>5350</b>	<b>Pr. år</b>	
* Fitness kun ifølge med voksen hvis du er under 14 år				<b>Inklusiv gratis adgang til svømmehal Kun kr 190</b>		
** Teen-fitness og Hiphop						

<b>Dette får du altid som medlem af Tarm Fitnesscenter:</b> Gratis kaffe og te i Fitnesscentret Morgenklub mandag, onsdag og fredag Aviser og Fitnessblade Lån af spinnesko og pulsmåler Wifi - gratis Online Booking Online oprettelse af medlemskab Legehjørne til børnene Ingen tilmeldings- og kortgebyrer 90 timers åbning pr. uge Åbent 365 dage om året Sauna	<b>Øvrige priser</b> 10 turs klippekort - 1 klip pr. hold/fitness <b>450</b> 10 turs klippekort til Zumba <b>300</b> Dagskort voksne - adgang til Fitness og hold <b>60</b> Dagskort studerende og 65+ - Adgang til fitness og hold <b>45</b> Speciel programlægning ved skader <b>295</b> Speciel opfølgingsprogram - ved brug af skader <b>195</b>
	<b>Fysioterapi og coaching</b> Coaching - 60 min. <b>395</b> Fysioterapi <b>325</b> Sundhedstjek - BMI, fedtprocent, kolesterol, kondital, Bodyage <b>800</b> Måling af fedtprocent og muskelmasse - BMI, bodyage <b>75</b>
	<b>Åbningstider</b> Mandag, Onsdag og fredag 6.00 - 21.00 Tirsdag og torsdag 8.00 - 21.00 Lørdag 8.00 - 16.30 Søn- og helligdage 9.00 - 21.00
	Er du interesseret i erhvervsmedlemskab - kontakt Fitnesscentret på 9648 0000