

## ENERGYGYM

Åldersgräns: 15 år

Som medlem och kund godkänner du samt följer våra ordningsregler.

### Månadskort

månadskort gym

449:-

### Halvårskort gym

-halvårskort ungdom/pensionär: 1349:-  
(244:-/mån)

-halvårskort vuxen: 2199:-  
(386:-/mån)

### Halvårskort gym & bad (kombination)

-halvårskort ungdom/pensionär:  
1695:- (302:-/mån)

-halvårskort vuxen: 2595:-  
(452:-/mån)

### Årskort gym

-årskort ungdom/pensionär: 1995:-  
(199:-/mån)

-årskort vuxen: 2995:-  
(299:-/mån)

-årskort gym familj\*: 6948:-  
(599:-(mån))

### Årskort gym & bad (kombination)

-årskort ungdom/pensionär: 2349:-  
(239:-/mån)

-årskort vuxen: 3595:-  
(349:-/mån)

-årskort familj\*: 8148:-  
(699:-(mån))

### Årskort gym, bad & träningspass

-årskort ungdom/pensionär:: 3228:-  
(319:-/mån)

-årskort vuxen: 4548:-  
(439:-/mån)

### Personlig rådgivning

1 timme 399:-

### Träningspass

1 tillfälle 75:-

### Dagsentré gym

1 tillfälle 75:-

### Dagsentré gym dagtid

måndag-fredag 11.00-15.00 45:-

## TRÄNINGSPASS

### Bokning av träningspass:

0530-18300

### Styrka kompakt

måndag 17.30

bokning

### Styrka kompakt lunch

torsdag 12.15

bokning

### Indoor cycling

tisdag & torsdag 19.00

bokning

### Stationsträning

onsdag 17.30

bokning

### Seniorgym

onsdag 11.00-12.00

### Seniorvattengymnastik

måndag 13.30

### Aquapuls

tisdag 18.15

### Djupvattenpuls

torsdag 18.15

### Varmvattenpuls

måndag & torsdag 09.00-09.45 & 10.00-10.45

bokning

### Aquapuls varmvatten

onsdag 19.45

bokning

## SIMHALL

### Familjebad

(2 banor motionssim)

#### *måndag*

17.00-19.45

#### *tisdag\**

13.00-18.15

\* mellanbassäng reserverad för simundervisning

#### *onsdag*

13.00-19.45

#### *torsdag*

13.00-18.15

#### *fredag*

13.00-20.00

#### *lördag & söndag*

10.00-16.00

### Vuxenkvällar

#### *tisdag & torsdag*

19.00-21.15

### Rehabbad

#### *måndag*

08.00-09.00

#### *tisdag*

08.00-12.00

#### *onsdag*

06.00-12.00

#### *torsdag*

08.00-09.00

#### *fredag*

06.00-10.00

### Motionssim

#### *onsdag*

06.00-08.30 & 19.00-20.30

#### *torsdag*

08.30-13.00

#### *fredag*

06.00-08.30

Vi bjuder alla morgonsimmare på kaffe, *onsdag & fredag* 06.00-08.30!

### Seniorbad,

#### *måndag*

13.00-15.00

## PRISER BAD

### Dagsentré

0-3 år:

Gratis

3-6 år:

35:-

7-18 år:

50:-

Student/Pensionär:

50:-

Vuxen:

60:-

Familj, 2 vuxna & 3 barn:

195:-

### 10-kort

10-kort bad student/pensionär:

450:-

10-kort bad Vuxen:

525:-

### Årskort

årskort bad student/pensionär:

1255:-

årskort bad vuxen:

1525:-

årskort bad familj\*:

2275:-

\*gäller 2 vuxna & 3 barn.

### Solarie

solarie fram till 13.00

60:-

solarie efter 13.00 & helger

80:-

10-kort solarie

700:-