

28 oktober - 15 december 2024

	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
DAGPASS	IW soft Play 6:15-7:15 Coreflex soft 8:30-9:30 Kerstin H Multifys soft 9-10 Britta Jympa soft 10-11 Ulrika M Spin 12-13 Anneli W	Skivstång Play 7:30.8:30 Jympa 8-9 Maggan Jympa soft 10-11 Karin Jympa 12-13 Katarina N	MorgonYoga 6:45-7:45 Victoria F Jympa soft 9-10 Annsan Cirkelgym soft 9-10 Gunnar Coreflex soft 10-11 Ulrika M Spin 12-13 Katarina S	Skivstång Play 7:30.8:30 Multifys soft 10-11 Britta Mammapower 11:30-12:30 Viktoria R Skivstång 12-13 Anders	Skivstång 7:30-8:30 Kerstin H/Helena/ Pia/Erika Dans soft 9-10 Maggan Cirkelgym soft 9-10 Britta Jympa soft 10-11 Britta Plaza soft 10-11 Anna IW 12-13 Kajsa	Spin 9-10 Maj Skivstång 9-10 Hanne Yoga 9-10 Annelie G CirkelgymIW 9:15-10:45 Gunnar/Tina Coreflex 10-11 Hanne Jympa 10-11 Caroline <i>Temapass: Kettlebell</i> 10:30-11:30 Magnus Skivstång soft 11-12 Lina B	Yinyoga 9:15-10:30 Sophia <i>Temapass: Zumba Fitness</i> 10:30-11:30 Lotta J Löpning distans 90 10-11:30 Hilda & Annelie Ö Spin 10-11 Hanne Jympa soft 10-11 Lina B Familjejympa 11:15-12:15 Cissi
	EFTERMIDDAGS- & KVÄLLSPASS	Split Bål 16:30-17 Catrine Spin soft intervall 16:45-17:45 Susanne Multifys 17-18 Catrine IW 17-18 Amanda CirkelgymSpin 17-18:30 Maj Skivstång soft 17:15-18:15 Hans Yoga 17:30-18:30 Sophia Spin40 17:45-18:30 Maj Cirkelgym 18-19 Thomas Jympa intensiv 18-19 Anton IW 18-19 Lena Step explode 18:15-19:15 Marie M Spin Giro 18:30-20 Ulrika L/Helena Jympa 19-20 Jenny IW soft intervall 19-20 Leif Plaza styrka 19-20 Viktoria R Skivstång 19:15-20:15 Kristina	Skivstång soft 16:30-17:30 Lina B IW soft 16:45-17:45 Gunnar Spin intervall watt 17-18 Katarina CoreBosuSpin 17:15-18:45 Helena Dans fusion 17:30-18:30 Anna N IW 17:45-18:45 Anneli A Jympa 18-19 Emilia Löpning soft 18-19 Jeanette & Eva Spin 40 18-18:45 Helena CirkelgymIW 18-19:30 Tina Skivstång intervall 18:30-19:45 Erik Yoga soft 18:30-19:30 Annelie G Spin soft intervall 18:45-19:45 Linda R Cirkelgym HIT 18:45-19:45 Maj Coreflex soft 19-20 Susanne/Leif Plaza styrka 19-20 Lina S	Multifys skivstång 16:30-17:30 Elisabet D Spin 16:30-17:30 Anneli W IW intervall 17:15-18:15 Kajsa TRX 17:30-18:45 Christer Skivstång 17:30-18:30 Viktoria R Multifys 17:30-18:30 Caroline Spin soft 17:30-18:30 Axel Cirkelgym 18:30-19:30 Robert Jympa 18:30-19:30 Anton/Viktoria F Dans soft 18:30-19:30 Maggan Spin spurt 18:30-19:30 Pia Plaza styrka 18:30-19:30 Lina S Split Bål 19:30-20 Pia	Split Ben 16:30-17 Catrine Enkeljympa 16:30-17:30 Karin Spin soft 16:45-17:45 Ulrika L Split Överkropp 17-17:30 Catrine Jympa 17:30-18:30 Helena <i>Temapass: Zumba Fitness</i> 17:30-18:30 Lotta J Yoga 17:30-18:30 Shirley IW soft 17:30-18:30 Anneli A Spin 17:45-18:45 Marie R CirkelgymSpin 18-19:30 Thomas Löpning soft 18-19 Göran & Jonas/Michael Skivstång 18:30-19:30 Ebba Coreflex 18:30-19:30 Linda T IW Intervall 18:30-19:30 Maj Spin 40 18:45-19:30 Thomas	Multifys soft 15-16 Catrine Spin 15:45-16:45 Hanne Skivstång softSpin soft 16-17:30 Sophia Jympa soft 16:15-17:15 Susanne Dans fusion 16:45-17:45 Marie M IW 16:45-17:45 Maj Spin soft 40 16:45-17:30 Sophia Jympa 17:15-18:15 Victoria F	Split Ben 15:30-16 Terese Split Bål 16-16:30 Terese Yinyoga 15:30-16:30 Sophia OBS udda veckor: v 45, 47 & 49

Priser & Kort

ÖPPET

KABELGATAN

Mån-Tors 6:00 - 21:30
Fre . . . 6:00 - 21:00
Lör-Sön. 8:00 - 21:00

INNERSTAN

Mån-Sön 4:30 - 23:30

WEBSHOP

Betala ditt kort på nätet!

Du vet väl om att du kan köpa såväl medlemskap som ditt kort på nätet, oavsett om du är ny eller befintlig medlem?

Du hittar länken på hemsidans förstasida, och även när du loggar in i bokningssystemet.

AUTOGIRO

Numera är alla våra ordinarie, lokala autogirölösningar utan bindningstid. Det enda du förbinder dig till är en uppsägningstid på två månader.

Träningskort Sverige Autogiro är däremot bundet i 12 månader. Vissa tillfälliga kampanj- och abonnemang kan också ha bindningstid, vilket då framgår av de specifika kampanjvillkoren.

Autogiro sägs upp skriftligen.

KORTKATEGORIER

Junior - Fr o m 11-årsdagen, fram till 13-årsdagen

Ungdom = Fr o m 13-årsdagen, fram till 20-årsdagen.

Studerande = studerande på minst halvfart, mot uppvisande av aktuell studieintyg där studietakten framgår.

Senior = Fr o m 65-årsdagen. Även sjukpensionär 100% mot uppvisande av Försäkringskassans intyg.

Arbetsökande = Gäller endast vid köp av Dagkort, mot uppvisande av intyg där det framgår att du är arbetsökande på heltid

PRISER	1 mån	6 mån	12 mån	Autogiro utan bind.tid
Träningskort	599 kr	3 619 kr	4 479 kr	375 kr/mån
Hela utbudet all öppen tid	549 kr Ungdom, senior, studerande	2 879 kr Ungdom, senior, studerande	3 599 kr Ungdom, senior, studerande	299 kr/mån Ungdom, senior (enbart fr o m 65 år)
Träningskort dag		2 699 kr	3 299 kr	
Hela utbudet må-sö, fram till 15:00		2 199 kr Ungdom, senior, studerande, arbetsökande	2 699 kr Ungdom, senior, studerande, arbetsökande	
Citygymkort			3 219 kr	269 kr/mån
Enbart Citygymmet all öppen tid			2 649 kr Ungdom, senior, studerande	219 kr/mån Ungdom, senior (enbart fr o m 65 år)
Löpträningkort		445 kr	695 kr	
Alla löpträningspass		345 kr Ungdom, senior, studerande	445 kr Ungdom, senior, studerande	
Träningskort Sverige			5 988 kr	499 kr/mån BUNDET 12 MÅN
Alla Friskisföreningar i landet underbemannade öppettider			4 790 kr Ungdom, senior, studerande	399 kr/mån BUNDET 12 MÅN Ungdom, senior (enbart fr o m 65 år)
Klippkort 10 ggr	995 kr	Giltigt 12 mån efter inköpsdatum		
	825 kr	Ungdom, senior, studerande		
Klippkort 20 ggr	1 750 kr	Giltigt 12 mån efter inköpsdatum		
Engångsbiljett	125 kr			
	100 kr	Ungdom, senior, studerande		
Barn (Familjeympa)	399 kr/termin	Vuxen på Familj: enbart ett vuxenmedlemskap per familj behövs Familjeympan är anpassad för barn 2-6 år		
Junior	1 699 kr/12 månader	Gäller för träning på Kabelgatans gym tillsammans med målsman, samt på gruppträningsspass utan redskap på egen hand		
Mamma (Mamma Power)	449 kr/termin (engångsbiljett 125 kr)			
Medlemsavgift: 150 kr/kalenderår tillkommer på alla kort utom engångsbiljett.				



Schema

hösten 2024; 2

Gäller 28/10 - 15/12 2024



UPPDATERAD 2024-11-26

0300 - 148 90 www.friskisvettis.se/kungsbacka