

CLUB OASEN



Trygghetsmedlemskap 12 månader
5.100:- (autogiro 499:-/mån)
Basmedlemskap 12 månader
4.100:- (autogiro 399:-/mån)

Önskar du en introduktion i vårt gym, tillkommer en kostnad på 399:-. Introduktionen utföres inom en månad efter medlemskapstecknande. Med vårt autogiroupplägg kan medlemskapet betalas per månad under perioden. I båda medlemskapen ingår motionssim samt familjesim. Inga andra kostnader tillkommer för medlemskap.
(t.ex. inskrivningsavgift eller uppläggningsavgift).
18 års åldersgräns. Våra *Allmänna Villkor* samt *Trivselregler* måste läsas av dig innan träning påbörjas.

Detta ingår i Trygghetsmedlemskap:

Träningen sker obegränsat under perioden (12 mån). Alla träningsaktiviteter ingår (gruppträning, konditions-
träning, styrketräning, motionssimning). Gruppträning på land och i vatten ingår. Motionssimning ingår enligt bassängschema.

Detta ingår i Basmedlemskap:

Träningen sker obegränsat under perioden (12 mån). Dessa träningsaktiviteter ingår (konditionsträning, styrketräning, motionssimning). Motionssimning ingår enligt bassängschema.

Gruppträning på land och i vatten ingår INTE.

Student medlemskap:

Studenter har 10% rabatt på medlemskapet mot uppvisande av CSN-kort, rabatten gäller ej vid tecknande av Autogirobetalning.

CLUB SENIOR



Trygghetsmedlemskap 12 månader
4.600:- (autogiro 399:-/mån)
Basmedlemskap 12 månader
3.600:- (autogiro 310:-/mån)

All träning för Club Senior medlemskap sker på vardagar mellan kl 06.30-11.00 samt kl 14.00-17.00. Träning för Club Senior medlemskap på lördagar och söndagar, sker enligt ordinarie öppettider.
Önskar du en introduktion i vårt gym, tillkommer 399:-. Introduktionen utföres inom en månad efter medlemskapstecknande. Med vårt autogiroupplägg kan medlemskapet betalas per månad under perioden. Inga andra kostnader tillkommer för medlemskap (t.ex. inskrivningsavgift eller uppläggningsavgift).
Våra *Allmänna Villkor* samt *Trivselregler* måste läsas av dig innan träning påbörjas.

Detta ingår i Trygghetsmedlemskap:

Träningen sker obegränsat under perioden (12 mån). Alla träningsaktiviteter ingår (gruppträning, konditions-
träning, styrketräning, motionssimning). Gruppträning på land och i vatten ingår.
Motionssimning sker enligt bassängschema, dock endast på seniortider enligt följande: vardagar kl. 06.30-11.00 samt kl 14.00-17.00.
Träning på lördagar och söndagar sker enligt ordinarie öppettider.

Detta ingår i Basmedlemskap:

Träningen sker obegränsat under perioden (12 mån). Dessa träningsaktiviteter ingår (konditionsträning, styrketräning, motionssimning). Motionssimning sker enligt bassängschema, dock endast på seniortider enligt följande: vardagar mellan kl 06.30-11.00 samt kl 14.00-17.00. Träning på lördagar och söndagar sker enligt ordinarie öppettider.

Gruppträning på land och i vatten ingår INTE i Basmedlemskapet.

CLUB UNGDOM



Ungdomsmedlemskap 12 månader
3.900:- (autogiro 350:-/mån)

Träning för dig som är **mellan 15 och 17 år.**

- Inskrivning sker tillsammans med målsman.
- All träning sker på egen risk.
- I medlemskapet ingår en intoduktion (värde 399:-) i gymmet. Vi rekommenderar att denna gymintro bokas innan gymträningen påbörjas. Bokning sker i receptionen.

Dessa träningsaktiviteter ingår:

Konditionsträning, styrketräning samt gruppträning på land och i vatten. Motionssimning ingår enligt bassängschema.

Övrigt:

Våra *Allmänna Villkor* samt *Trivselregler* måste läsas av både målsman och ungdom innan träning kan påbörjas.
Ungdomsmedlemmen får inte ta med annan ungdom och träna om denne inte själv är medlem.
Inga andra kostnader tillkommer för medlemskap (t.ex. inskrivningsavgift eller uppläggningsavgift).

FAMILJESIM

Ta med barn utan extra kostnad

Fredagar 13.00-17.30 samt Lördagar 13.00-15.00, kan **du som medlem** ta med dig två barn på vårt familjesim utan någon extra kostnad.
Icke medlem betalar 195:- för en vuxen och två barn. 60:-/barn vid fler än två barn.

GRAVIDITETSKORT



Månadskort för gravida
499:- per månad

Till dig som är gravid erbjuder vi ett månadskort som gäller fram till förlossningen. Du betalar per månad utan att anslutas till ett årsmedlemskap.

- All träning ingår.
- Motionssimning ingår enligt bassängschema.

GÄSTTRÄNING



Träna utan att vara medlem
195:- per dag

Hos oss kan man också träna utan att vara medlem. Vid tecknande av medlemskap inom en vecka och uppvisande av kvitto, drar vi av 195:-.

- All träning ingår.
- Gruppträning ingår i mån av plats, då dessa träningspass förbokas av medlemmar.
- Motionssimning ingår enligt bassängschema.