

**FITNESS-PRISER**

<b>MEDLEMSSKABER</b>	<b>Kr. per måned</b>
INDIVIDUEL TRÆNING (træning på egen hånd i fitnesscentret)	249
TRÆNING & HOLD (individuel træning samt fuld adgang til fitness-hold)	299
PENSIONIST – Træning & formiddagshold	259
STUDIEMEDLEM UDEN hold	199
STUDIEMEDLEM MED hold	259
6 måneders binding	Spar indmeldelsesgebyr
Årskort	Betal for 10 mdr.
10-turs-klippekort	600
1-dags-adgang	75

Oprettelsesgebyr ved indmeldelse: 199 kr. med mulighed for træningsinstruktion.

Kontakt os gerne for yderligere information!

- 6489 3001
- soendersoe@bene-fit.dk



**Søndersø Fysioterapi og Fitness**

## **PRAKTISK INFO**

### **FITNESSHOLD:**

Alle personer over 16 år kan oprette et "TRÆNING & HOLD" medlemskab.

### **FYSIOTERAPI-HOLD:**

Vi afvikler også "fysioterapi-hold", hvilket er målrettet personer med særlige hensyn.

Fx vil en rygpatient i forlængelse af eller sideløbende med behandling kunne deltage på vores Ryghold.

Et Fitness-medlemskab giver derfor ikke adgang til denne type hold.

Ofte vil en henvisning give tilskud.

### **PENSIONIST - Træning & formiddagshold**

Medlemskabet omfatter

- fri individuel træning
  - Skal finde sted inden kl. 15 på hverdage.
  - Mulighed for fri træning i weekenden ved brug nøglechip
  
- deltagelse på formiddagsholdene (Bodybike morgenhold, Senior Fitness, Sjøv Motion, formiddags-yoga)

Du skal være fyldt 65 år for at kunne tegne dette medlemskab.

### **STUDIEMEDLEM:**

Du kan oprette dette medlemskab ved forevisning af dit gyldige studiekort.

### **ALDERSGRÆNSE:**

Du skal være fyldt 16 år for at kunne træne på egen hånd i vores fitnesscenter.

Du kan undtagelsesvis træne på egen hånd, før du fylder 16 år, hvis du er instrueret af en af vores fysioterapeuter i forbindelse med et behandlings- eller genoptræningsforløb.

Du kan undtagelsesvis træne, før du fylder 16 år, hvis det er sammen med dine forældre, og du er instrueret af en af vores medarbejdere.