

Julkalender 2019

1

Skyltsöndag Trelleborg

Idag träffar du Friskis-tomtar "på stan" i samarbete med Trelleborgs Cityverksamhet. Kom och säg hej och få en kram av en tomte!



2

Bjud en vän på träning

Idag bjuder du som medlem en vän på gratis träning. Gäller all träning i mån av plats.



3

Julklappstips

Köp ett presentkort hos oss till någon du håller kär. För en friskare och svettigare jul...



9

Julshot

Kl. 17.30 bjuder vi på energifyllda julhots - så att DU håller ångan uppe hela december!



4

Välkommen

Alla nya medlemmar som tecknar 12-mån-kort får 2-biobiljetter på köpet.



5

50 % REA!

Mjuka paket, träningsväskor och vattenflaskor. Köp dina julklappar idag har vi 50% REA i shoppen!

6

Rabatt på träning!

Köp ett 15-klippkort och få 5 extra träningstillfällen på köpet...

13



Lussefika

Idag bjuder vi på lussefika kl. 16.00-18.00
Välkomna!

7

Klappjakt!

Idag har vi gömt 5 st julklappar i våra lokaler. Kanske kan du hitta en? Skynda dig hit och leta!



8

9.00 IW flow med en smak av julen!

15

2a advent—bjud med en vän på träning

Idag bjuder du som medlem en vän på gratis träning. Gäller all träning i mån av plats.



16

Julkoncert i receptionen

Välkommen hälsar Trelleborgskören Stämbandet kl. 18.15-18.45.



11

Vinn ett Citykort

Delta i utlottningen av ett Citykort som du kan använda i flera butiker i Trelleborg. (Värde 300 kr)



19

Julklapp från Intersport



Delta i utlottningen av en rymlig Nike träningsväska från vännerna hos Intersport i Trelleborg.

10

Klappjakt!

Idag har vi gömt 5 paket i våra lokaler. Skynda dig hit och leta!

12

Kampanjpris på vattenflaska

Endast idag 25kr! (ord pris 40 kr)

18

X-MAS PASS

På flera av dagens pass blir det utöver rolig träning också lite extra juligt! Välkommen...



21

IW 30 intervaller kl. 9.30

Boozta dig inför julfirandet med 30 tuffa, svettiga och roliga intervaller!

22

Power Hour julspecial

Carin lägger till ett par extra övningar, kanske blir det julhopp och kast med liten tomte?



23

IW Christmas edition kl. 10.00

Linda bjuder på IW distans och julmusik i mängder. Välkommen till ett roligt och svettigt IW distans till tonerna av härliga, pulshöjande jullåtshits!

24



God Jul!

Sista passet innan Kalle Anka -
Modusintervaller med Carin kl. 10.00

Varje kalenderlucka presenteras lite mer i detalj via våra Facebook och Instagram-flöden.

Alla erbjudanden gäller endast angivet datum under december 2019.

Friskis & Svettis Trelleborg