



Kort- och kortpriser

Korttyp	Tid	Vuxen	Ungdom*
Medlemsavgift	Kalenderår	150 kr	100 kr
<i>Aktivitetskort: (Medlemsavgift krävs för samtliga aktivitetskort)</i>			
Träningskort autogiro	12 mån*	267 kr/mån	184 kr/mån
Träningskort	12 mån	3 200 kr	2 200 kr
Träningskort	6 mån	2 200 kr	1 450 kr
Träningskort	3 mån	1 700 kr	1 150 kr
Träningskort dag autogiro	12 mån*	134 kr/mån	125 kr/mån
Träningskort dag	12 mån	1 600 kr	1 500 kr
Träningskort dag	6 mån	1 100 kr	1000 kr
Träningskort dag	3 mån	800 kr	700 kr
Gym autogiro	12 mån*	234 kr/mån	150 kr/mån
Gym	12 mån	2 800 kr	1 800 kr
Gym	6 mån	1 900 kr	1 250 kr
Gym	3 mån	1 350 kr	1025 kr
Gruppträning autogiro	12 mån*	225 kr/mån	142 kr/mån
Gruppträning	12 mån	2 700 kr	1 700 kr
Gruppträning	6 mån	1 850 kr	1 250 kr
Gruppträning	3 mån	1 250 kr	950 kr
Jympa autogiro	12 mån*	150 kr/mån	113 kr/mån
Jympa	12 mån	1 800 kr	1 350 kr
Jympa	6 mån	1 200 kr	900 kr
Jympa	3 mån	750 kr	600 kr
Löpning	12 mån	500 kr	500 kr
Enkeljympa kalenderhalvår	6 mån	350 kr	350 kr
FaR-kort dag	3 mån	350 kr	350 kr
FaR-kort	3 mån	700 kr	700 kr
Uddevalla/Vänersborgskort	12 mån	3600 kr	
Sverigekortet	12 mån	5400 kr	
Familjejympa 2-6 år kalenderhalvår	6 mån		350 kr
Jympa soft/bas + Dans fusion 9-12 år	6 mån		550 kr
Engångsavg. med annat aktivitetskort el medlem annan Friskis-förening		50 kr	50 kr
Engångsavg. utan annat aktivitetskort		100 kr	75 kr
Engångsavg. Barn under 15 år, enkel, träna ute		40 kr	40 kr
Klippkort med annat aktivitetskort		500 kr	500 kr
Klippkort utan annat aktivitetskort		850 kr	650 kr
Gyminstruktion utan kort		250 kr	



Medlemsavgift:	krävs för samtliga aktivitetskort och den är kalenderår 1/1-31/12.
Träningskort:	Hela vårt träningsutbud (undantag vid kurser)
Träningskort dag:	Alla aktiviteter fram till kl. 14.00 + gyminstruktion kvällstid och Träna Ute.
Gym:	Individuell träning i gym, IMT, Instruktion
Gruppträning:	Alla gruppträningspass inkl. spin och Cirkelgym
Jympa:	Enbart Jympa soft, bas och medel.
Löpning:	Alla löp-pass
Enkeljympa:	Jympapass för dig med intellektuell funktionsnedsättning.
FaR-kort dag:	Träning på recept, gäller alla aktiviteter fram till kl. 14.00.
FaR-kort:	Träning på recept, gäller hela vårt träningsutbud (undantag vid kurser)
Familjejympa 2-6 år:	Medföljande vuxen tränar/deltar gratis.
Jympa soft/bas/Dans fusion 9-12 år:	Alla Jympa soft- och baspass + Dans fusion tillsammans med vuxen.
Tvåstadskort:	Allkort som gäller i Uddevalla och Vänersborg.
Sverigekortet:	Gäller alla Friskis-föreningar i Sverige

Engångsavgift med annat aktivitetskort el medlem i annan Friskis-förening: Om man har t ex gymkort men vill prova jympa eller om man kan visa upp medlemskort från annan Friskis-förening.

Engångsavgift utan aktivitetskort: Om man inte har något giltigt aktivitetskort t ex gruppträning etc.

Engångsavgift barn, enkel, träna ute: För barn 2-15 år, Enkeljympa eller Träna Ute-passen.

Klippkort med annat aktivitetskort: Om man har t ex gruppträning men vill gå på gymmet ibland.

Klippkort utan annat aktivitetskort: Om man inte har något aktivitetskort.

Gyminstruktion utan kort: Om man inte har något gymkort, allkort eller allkort dag.

***Studentrabatt:** Alla studerande på högskola/universitet betalar ungdomspriser på våra aktivitetskort (dock ej på medlemsavgiften) mot uppvisande av giltigt intyg för heltidsstudier.

Enkelbiljetter

Du kan alltid prova vår träning en gång och vid köp av medlemskap och aktivitetskort inom 30 dagar få avdrag för **en (1) enkelbiljett** vid inlämnande av ett kvitto.

Autogiro

Önskar du betala ditt kort via autogiro erbjuder vi såklart detta. Du binder dig då i 12 månader vid första tecknandet. Därefter rullar autogiroet på och du har 1 månads uppsägningstid om du önskar avsluta det .

Ditt pris vid tecknandet är du garanterad i 12 månader, därefter kan en prisjustering ske utefter aktuell års- prislista. Önskar du säga upp ditt autogiro efter 12 månader gör du det genom att skicka/lämna in en uppsägning 30 dagar innan.

Frysning av kort

Du får, utan att behöva uppge anledning, frysa ditt 12-månaders kort sammanlagt 2 månader under kortets giltighetstid. Du får frysa ditt 6-månaders kort sammanlagt 1 månad under giltighetstiden. Minsta intervall är 7 dagar. Frysningen gäller from det datum du anger, tiden läggs då till i slutet på ditt korts giltighetstid.

Vid sjukdom, militärtjänstgöring eller liknande (tex studier på annan ort) eller beordrad arbetsförflyttning kan aktivitetskortet frysas max 6 månader i följd. Intyg krävs. Medlemsavgiften går dock ej att frysa utan enbart aktivitetskortet. Frysning måste ske inom kortets giltighetstid. Vid frysning av kort, kontakta personal dagtid.

Vid graviditet kan kortet frysas en månad innan beräknad förlossning samt sex månader efter förlossning.

Överlåtelse av träningskort

Överlåtelse av aktivitetskort kan ske vuxen till vuxen och ungdom till ungdom, medlemskort går ej att överlåta. Den som kortet överlåtes till måste ha medlemskort.

Förlust av kort

Har du förlorat kortet eller om det blivit så skadat att det inte fungerar så får du ett nytt, kostnad 50 kr