



Kort- och kortpriser fr o m 2023-01-01

Korttyp	Tid	Vuxen	Ungdom*
Medlemsavgift	Kalenderår	150 kr	100 kr
Aktivitetskort: (Medlemsavgift krävs för samtliga aktivitetskort)			
Träningskort autogiro	12 mån*	299 kr/mån	199 kr/mån
Träningskort	12 mån	3 400 kr	2 300 kr
Träningskort	6 mån	2 300 kr	1 500 kr
Träningskort	3 mån	1 800 kr	1 200 kr
Träningskort dag autogiro			
Träningskort dag	12 mån*	169 kr/mån	159 kr/mån
Träningskort dag	12 mån	1 900 kr	1 800 kr
Träningskort dag	6 mån	1 300 kr	1 200 kr
Träningskort dag	3 mån	900 kr	800 kr
Gym autogiro			
Gym	12 mån*	259 kr/mån	169 kr/mån
Gym	12 mån	2 900 kr	1 900 kr
Gym	6 mån	2 000 kr	1 400 kr
Gym	3 mån	1 500 kr	1 100 kr
Gruppträning autogiro			
Gruppträning	12 mån*	259 kr/mån	169 kr/mån
Gruppträning	12 mån	2 900 kr	1 900 kr
Gruppträning	6 mån	2 000 kr	1 400 kr
Gruppträning	3 mån	1 500 kr	1 100 kr
Löpning			
Enkeljympa kalenderhalvår	12 mån	800 kr	800 kr
Enkeljympa kalenderhalvår	6 mån	400 kr	400 kr
FaR-kort	3 mån	800 kr	800 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
Seniorklubben	6 mån	1 000 kr	
Engångsavg. med annat aktivitetskort el medlem annan Friskis-förening			
Engångsavg. med annat aktivitetskort el medlem annan Friskis-förening		75 kr	75 kr
Engångsavg. utan annat aktivitetskort		100 kr	75 kr
Engångsavg. Barn under 12 år, enkel, träna ute		50 kr	50 kr
Klippkort med annat aktivitetskort		600 kr	600 kr
Klippkort utan annat aktivitetskort		900 kr	700 kr
Klippkort med annat aktivitetskort el medlem annan Friskis-förening i Trestad			
Klippkort med annat aktivitetskort el medlem annan Friskis-förening i Trestad		500 kr	500 kr
Prova på vecka alla aktiviteter		150 kr	150 kr



Medlemsavgift:	krävs för samtliga aktivitetskort och den är kalenderår 1/1–31/12.
Träningskort:	Hela vårt träningsutbud
Träningskort dag:	Alla aktiviteter fram till kl. 14.00 + gyminstruktion kvällstid och Träna Ute.
Gym:	Individuell träning i gym, Instruktion, Workshop
Gruppträning:	Alla gruppträningspass inkl. spin, Cirkelgym och Träna Ute
Löpning:	Alla löp-pass
Enkeljympa:	Jympapass för dig med intellektuell funktionsnedsättning.
FaR-kort:	Träning på recept, gäller hela vårt träningsutbud
Familjejympa 2-6 år:	Medföljande vuxen tränar/deltar gratis.
Jympa soft/Dans fusion 9-12 år:	Alla Jympa softpass + Dans fusion tillsammans med vuxen.
Seniorklubben:	Aktivitetskort gäller för 6 månader, se aktuellt schema
Prova på 1 vecka:	Prova på vecka utan medlemskap.
Tvästadskort:	Träningskort 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/annat aktivitetskort i annan trestadsförening: Om man har t ex gruppträning men vill gå på gymmet ibland alt. aktivitetskort i annan trestadsförening men tränar ibland på annan ort i Trestad.

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

***Student- och ungdomsrabatt:** Alla studerande på högskola/universitet betalar ungdomspriser på våra aktivitetskort (dock ej på medlemsavgiften) mot uppvisande av giltigt intyg för heltidsstudier. Ungdom t o m 21 år.

Autogiro

Önskar du betala ditt kort via autogiro erbjuder vi såklart detta. Bindningstid 12 månader fr o m datum för tecknandet. Därefter rullar autogiroret 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 1 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 förlösnings samt sex månader efter förlösnings.

Överlåtelse av träningskort

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

Förlust av kort

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