

## FOREVER LAPPEENRANTA

PALVELUHINNASTO 1.6.2011 alkaen - [www.liikuntakeskus.com](http://www.liikuntakeskus.com)

Varaamme oikeuden hinnanmuutoksiin. Hinnat sis. Alv 9 % – 23 %.

### Meillä käy seuraavat liikuntasetelit:

Virikeseteli, Smartum (Liikunta- ja kulttuurisetelit), Tyky-kuntoseteli, Sporttipassi, Eekoon Liikuntasetelit (eekoon työntekijöiden oma seteli), Superseteli

	Hinta norm €	Hinta jäsen €	24 kk jäsen €
Toistaiseksi voimassa oleva liikuntakortti, hinta / 4 vkoa, määräalennus *	60	56	53
Toistaiseksi voimassa, hinta / 4 vkoa, vain kuntosali, määräalennus *	50	46	43
Toistaiseksi voimassa päiväoikeus ma - su klo 05.00 - 17.00 *	48	44	41
Kausikortti Forever kaikki palvelut, kausikortti / kk	100	94	
Keskeytysturva (vain toistaiseksi voimassa olevaan) / 4 vkoa	9	7	
Fitnesskortti / kk, kuntosali ja ryhmäliikunta	85	75	
Kuukausikortti, vain kuntosali	64	60	
Päiväpassi	16	12	
10 kerran fitnesskortti (75 € opiskelija / työtön)	90	75	
6 kk kuntosalikortti	325	299	
Seniorien 10 kerran liikuntakortti (ma-su klo 05:00 - 17:00), voimassa 6kk	59	59	
Kertakäynti	12	8	
Jäsenyys min 2 viikkoa toiselle henkilölle		10	
Vuosittainen jäsenmaksu		40	40

\* väh. 12 kk, oikeuttaa määräalennukseen, 1 kk irtisanomisaika aina, tutustu keskeytsoikeuksiin

Avainkorttipantti 15€

10 kerran fitnesskortti on voimassa 6kk ostopäivästä.  
KUNTOSALILLE AVAINKORTILLA JOKA PÄIVÄ KLO 5.00 - 23.00

### Päivä ja Seniorijäsenyys klo 17 asti

- Kuntosalille pääsee sisään vielä klo 16.59 ja sinne voi jäädä, mutta ei pääse uudelleen sisälle klo 17 jälkeen

- Päivä- ja seniorijäsenyydellä pääsee ennen klo 17 (klo 16:59) alkaville ryhmäliikuntatunneille.

- Klo 17 alkavat mailapelivuorot eivät kuulu oikeuksiin, 16.30 alkava vuoro on viimeinen hyväksytty mailapelivuoro (ja saa pelata 17.30 asti)

**Naisten kuntoklubi Ladyforever 15.11. alk.**  
**[www.ladyforever.fi](http://www.ladyforever.fi)**

	<b>Hinta norm €</b>	<b>Hinta jäsen €</b>	<b>24 kk jäsen €</b>
Kertakäynti	12	8	
Päiväpassi	16	12	
10 x kortti, voimassa 6kk	90	75	
Kuntosalin kuukausikortti	69	65	
Fitnesskortti kuukausikortti (sis ryhmäliikunta) 1kk	85	75	
Jäsenyys vuodeksi (oikeuttaa halvempiin hintoihin, varausoikeus ryhmäliikuntaan, travelpass ja muita etuja)	40	-	-
Toistaiseksi voimassa oleva määräalennuskortti kuntosali * (vain naisten sali)	50 / 4 vko*	46 / 4 vko*	43 / 4 vko
Toistaiseksi voimassa oleva määräalennuskortti kuntosali ja ryhmäliikunta * (vain naisten sali)	65 / 4vko*	61 / 4 vko*	58 / 4 vko
Full kuntosali, ryhmäliikunta ja mailapelit * (naisten sali, toiminnallinen sali, sekasali, express)	68€/ 4 vko*	64 / 4 vko*	61 / 4 vko

Vanhan CMS jäsenen lisäkäyttöoikeus naisten saliin + 5 €/ 4 vkoa, 1 kk irtis. kuten sopimuksessa

Avainkorttipantti 15€

\* väh. 12 kk oikeuttaa määräalennukseen, 1 kk irtisanomisaika aina, tutustu keskeytysoikeuksiin

**SENIORI kuntosali ja ohjattu ryhmäliikunta**

	<b>Hinta norm €</b>	<b>Hinta jäsen €</b>	<b>24 kk jäsen €</b>
Seniorikuntoilu +55-v. ma-su klo 05.00-17.00	50	39	36
10 kerran seniorikortti ma-su klo 05.00-17.00 kertakäynti 5€	50	50	

Avainkorttipantti 15€

**Kuntotestaus**

	<b>Hinta norm €</b>	<b>Hinta jäsen €</b>
Polkupyöräergo, hapenotto ja palaute, ohjeet	69	59
Lihaskuntotesti, kehonkoostumusmittaus ja palaute, ohjeet	69	59
Kehonkoostumusmittaus inbody 720 (ovh 49,9 €)	38	20
PP-ergo, lihaskunto, kehonkoostumus, verenpaine ja palaute, ohjeet	130	105
Ryhti+ liikkuvuuskarttoitus ja palaute	70	59
Verenpaineen mittaus	15	12

## Ravintoneuvonta

	Hinta norm €	Hinta jäsen €
Ravinto-ohjeet, Personal Trainer	64	59
Ravintoneuvonta (3 krt), ruokapäiväkirja	180	165

## Personal Trainer

	Hinta norm €	Hinta jäsen €
Forever info 30 min	35	25
PT1, 1 krt	63	59
PT2, 2 krt	123	57,50 / kerta
PT4, 4 krt	236	55 / kerta
PT8, 8 krt	450	52,50 / kerta
PT12, 12 krt	645	50

## Kurssit

EasyLife laihdutuskurssi (6 kk) sis. Liikunta      Varaa aika maksuttomaan esittelyyn,  
kerromme lisää. puh. 05-541 9600

Hinnat sisältävät 9 - 23% arvonlisäveroa palvelusta riippuen.

## Vuosittainen jäsenyys 40€(ennen 1.9.2010 tehdyt jäsenyydet säilyvät ennallaan)

- varausoikeus ryhmäliikuntaan (1.8.2011 muutos), ilman vuosijäsenyyttä ei voi varata ryhmäliikuntatunteja!
- edullisemmat hinnat
- tapahtumakalenterin tapahtumat
- Traveypass (CMS) vierailukortti muille klubeille kortti 90€
- jäsentapahtumat
- muut jäsenedut (mm. yhteistyöyritysten alennukset ja edut)