



### **Så här kommer du igång!**

Vilken träningsanläggning är närmast dig kanske Friskis i Torslanda, Askim eller Gårda ?

Vi finns på 13 platser i Göteborg och snart i Åby.

**Årskort** 3 195 kr. (ord. pris 3 850 kr.)  
**Dagkort** 2 550 kr. (ord. pris 3 150 kr.)

**Klippkort** 1 200 kr. 15 klipp (ord. 10 klipp)

**Regionskort** 4 600 kr. Ger möjlighet att träna på ytterligare 12 orter i regionen, mer information får du i medlemservice.

På alla kort tillkommer medlemskap på 100 kr/kalenderår.

**Du köper ditt träningskort** på valfri Friskis anläggning eller via vår hemsida, [friskisvettis.se/goteborg](http://friskisvettis.se/goteborg). Kortet gäller på alla Friskis anläggningar i Göteborg. Nu är det bara att släppa loss och börja träna!

Med ditt träningskort har du tillgång till alla pass och till gymmet. Schemat finns alltid uppdaterat på [friskisvettis.se/goteborg](http://friskisvettis.se/goteborg) och i Friskis app där du smidigt kan boka.

I gymmet finns schemalagda instruktörer som gärna guidar dig. Är du nybörjare finns dessutom möjlighet att boka en timme (100 kr) med en instruktör då ni lägger upp ett individuellt träningsprogram just för dig.

Har du frågor är du välkommen att kontakta medlemservice.

Schema och allt du behöver veta om din träning hittar du på [friskisvettis.se/goteborg](http://friskisvettis.se/goteborg)

