

priser Träningskort

Kort	Ordinarie pris	Anställd på LiU- och pensionärsrabatt - 10 %	Studentrabatt - 20 %
Alltid år	409 kr/mån 4 900 kr/år	368 kr/mån 4 410 kr/år	327 kr/mån 3 920 kr/år
Alltid flex	690 → 552* kr/mån	621 → 497* kr/mån	552 → 442* kr/mån
Dagtid år	286 kr/mån 3 430 kr/år	258 kr/mån 3 087 kr/år	229 kr/mån 2 744 kr/år
Dagtid flex	490 kr → 392* kr/mån	441 → 353* kr/mån	392 → 314* kr/mån
Klipp 10 alltid	990 kr	891 kr	792 kr
Klipp 10 dagtid	690 kr	621 kr	552 kr
Klipp 10 banhyra	900 kr	810 kr	720 kr
Entré alltid	140 kr	126 kr	112 kr
Entré dagtid	100 kr	90 kr	80 kr
Friidrott flex ¹	160 → 128* kr/mån	144 → 115* kr/mån	128 → 102* kr/mån

1. Gäller endast för enskild friidrottsträning i friidrottshallen under angivna tider i vårt aktivitetsschema. På campushallen.se hittar du vårt aktivitetsschema.

* Har du ett Flex-kort sammanhållande över tre hela** månader sänker vi efterföljande månader med 20 %. Gör du uppehåll i förnyandet av Flex-kortet, återgår det dock till ordinarie pris.

**T.ex. köper du ett kort den 15 jan så får du rabatten fr.o.m. 1 maj.

Ordinarie öppettider

Mån - Tors	06:30 - 23:00
Fredag	06:30 - 21:00
Lördag	09:00 - 17:00
Söndag	09:00 - 21:00

CAMPUSHALLEN

Campushallen | Johannes Magnus Väg | 581 83 Linköping
013-10 08 72 | reception@campushallen.se | www.campushallen.se

CAMPUSHALLEN

GRUPPTRÄNING | BOLLSPORT | GYM | FRILUFTSLIV | FRISKVÅRD

Prislista

gäller från 2016-07-01

Behandlingar	25 min	50 min	75 min
Klassisk massage Behandling inleds med undersökning av behov och/eller problemområden. Massagebehandling samt vid behov ges triggerpunktsbehandling, töjningsövningar och rekommendationer om träning och stretch till kunden. <i>Utförs av Branschrådet Svensk Massage certifierade massörer.</i>	350 kr (Rekommenderas inte vid nybesök) Friskvårdsmassage för företagskunder	550 kr	750 kr
Lotorpsmetoden – andningsmassage Behandlingen bygger på klassisk massage med inriktning på andningsmuskulaturen. Rekommendation är ett paket om 3-5 behandlingar med tre veckors mellanrum. <i>Utförs av diplomerade Lotorps-massörer/ Branschrådet Svensk Massage certifierade massörer.</i>	-	-	750 kr
Fibromassage Speciellt utformad behandling för personer med kroniska muskelsmärter så som t ex. fibromyalgi. <i>Utförs av diplomerade Fibro-massörer/ Branschrådet Svensk Massage certifierade massörer.</i>	-	-	750 kr
Avslappningsmassage Helkroppsmassage med aromatiska oljor för avspänning och muskelavslappning. Avslutas med avstressande ansikts- och hårbottenmassage. <i>Utförs av diplomerad spa-terapeut.</i>	-	550 kr	750 kr
Ansiktsbehandling Ansiktsrengöring med scrub och ansiktsmask i kombination med avstressande hårbottenmassage. <i>Utförs av diplomerad spa-terapeut.</i>		550 kr	
Fotmassage Fotbad med rengörande scrub och avkopplande fotmassage. <i>Utförs av diplomerad spa-terapeut.</i>	350 kr	-	-
Helkroppsbehandling Kombinationsbehandling med 50 min avslappningsmassage, 50 min ansiktsbehandling och 25 min fotmassage. <i>Den perfekta belöningen till dig själv då du uppnått ett träningsmål eller en härlig present till någon speciell!</i>	130 min 1300 kr		
Köp "Värdekort Friskvård" för minst 2 300 kr och få 10 % rabatt på alla behandlingar. Värdekortet laddas med den summa du själv väljer. Laddar du dock kortet med 2300 kr eller mer så ger vi dig 10 % i rabatt. Pris ex. du betalar bara 2475 kr för värdet 2750 kr. (= 5x50 min behandling) Med Värdekort friskvård kan välja produkter i hela vårt friskvårdsutbud (<i>undantaget sjukgymnastik</i>).			

CAMPUSHALLEN

GRUPPTRÄNING | BOLLSPORT | GYM | FRILUFTSLIV | FRISKVÅRD

Prislista

gäller från 2016-07-01

Personlig träning	30 min	60 min
Konsultation Boka konsultation med valfri PT direkt på hemsidan eller via Campushallens reception. Vid konsultationen får du hjälp att välja PT-produkt eller PT-paket utifrån dina behov samt att kommande träningstillfällena bokas in – ta med din kalender!	Kostnadsfri	-
Personlig träning Utifrån dina behov tar din PT fram skraddarsytt träningsprogram och visar dig övningarna. Du får träningsprogrammet digitalt där du kan registrera din träning och se videoklipp på utförandet av övningarna. Du kan även välja att bara träna ett anpassat träningspass med din PT.	-	650 kr
Personlig träning i Yoga För dig som vill ta hjälp av yogans visdom i din personliga intention och behov. Det kan vara en önskad kroppsmedvetenhet och balanserad kroppshållning för att bli en bättre ryttare eller för att förebygga/ ta hand om ryggsproblem.		650 kr
Zen coaching Zen Coaching är för dig som vill ha support i livet eller för dig som vill ha vägledning t. ex. gällande stresshantering, karriär, relationer, eller beslutstagande. Att utforska dina behov och vad som är viktigt för dig. Zen Coaching passar även dig som är nyfiken på livet, som vill utvecklas, växa och vill leva fullt ut. Du kan välja mellan att komma till Campushallen på samtal eller ha samtalet via webben (Skype).		650 kr
Kostrådgivning Inför kostrådgivningen ska du fylla i en kostdagbok under minst tre dagar. Utifrån ditt nuläge och din målsättning görs näringsberäkning på nuläget och du får råd om förändringar i din kosthållning.	-	650 kr
PT-express 30 minuter med din PT kan antingen vara att få hjälp med teknik i ett program som du fått tidigare eller så kör din PT ett kortare personligt anpassat träningspass med dig där inte ett nytt träningsprogram ingår. Rekommenderas vid regelbunden PT-träning 1-3 ggr/vecka. OBS! Kan endast bokas med "värdekort friskvård"	400 kr	
PT duo Träffa en PT tillsammans med din träningskompis. Vill ni träna tillsammans mot liknande mål men ändå ha hjälp på individuell nivå är PT i par något för er! Genom en mix av teknikträning och parövningar så blir träningen dubbelt så rolig!		800 kr
PT small group Är ni en mindre grupp som vill träna tillsammans, antingen vid ett enstaka tillfälle, t. ex. kickoff eller afterwork med arbetslaget, fira en kompis eller boosta träningen inför ett lopp ni ska göra tillsammans. Eller regelbundet där gruppen gör tester och mäter sina framgångar i träningen och riktar sin träning mot ett gemensamt mål. Rekommenderas för grupper på 4-8 personer.		1600 kr
PT Goal! – Strong / Functional / Run Grupper inom Styrka i gymmet, Funktionell träning eller Kondition består av 10 veckors målspecifik träning med ett angivet syfte. PT Goal! fungerar som en kurs med fasta träningstider. Du får både den individuella PT-coachningen samt energi av gruppdynamiken. Max 6 personer i varje grupp. Gör intresseanmälan via vår hemsida.		10 veckor 2 500 kr /person