





SLAG OG SPARK PÅ PUTER, slik at alle kan delta

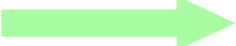
Tveten Park Ole Deviks vei 4

**TIMEPLAN AUGUST – DESEMBER 2017. Starter opp 14. august**

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG
<b>Camp Kalori</b> (SideKick)  17.00-18.00	<b>PT-gruppe</b> (Uppercut)  16.30-18.00	<b>Camp Kalori</b> (RundKick)  16.30 - 17.30	<b>Camp Kalori</b> (SideKick)  17.00 - 18.00
<b>Camp Kalori</b> (RundKick)  18.30 - 19.30	<b>Camp Kalori</b> (SideKick)  18.30 - 19.30	<b>PT- gruppe</b> (Hook)  18.00-19.30	<b>GRUPPETIME</b>  18.30 - 19.45
<b>GRUPPETIME</b>  20.00 - 21.15	<b>GRUPPETIME</b>  20.00 - 21.15	<b>GRUPPETIME</b>  20.00 - 21.15	<b>Camp Kalori</b> (RundKick)  20.15 - 21.15

 **GRUPPETIMER** - Pris for 1 dag i uken, en valgfri dag per uke, kr. 3.600,-  
For 2-4 dager kr. 4.900,-

 **PT- gruppe** - kr. 7.500,-  
**PT- gruppe og flere gruppetimer** - kr. 11.100,-  
**Begge PT-gruppene og gruppetimene** - kr. 15.000,-  
For deg som vil trene i liten gruppe.  
Kostnaden kan deles opp over 5 mnd.

 **Camp Kalori** – starter alltid opp i august hvert år. Neste oppstart er 14. august 2017 til 28. juni 2018, ukentlig individuell oppfølging med kost/trening. Inntil 3 treninger per uke med mye mer, slik som happening/utfordringer/extra treninger/motivasjonsmøter. Kostholdsveiledningen er basert på statens anbefalinger.

Her vil du vil få «nøkkelen» du kan bruke! **Camp Kalori** koster kr. 39.000,- Kostnaden kan deles opp. Første faktura vil da være kr. 5.000,- som betales inn før oppstart og etter veiledningssamtalen. Videre blir det fakturert kr. 3.400,- per mnd. (10 mnd.) MAX 20 PERSONER PER GRUPPE.

**Alle medlemmer få ett par nye hansker dette semesteret, og det kan ikke lenger brukes «kamphansker»**

FØLG OSS ALLTID PÅ [facebook](#) = der legges all ny informasjon ut.