

Trimhuset Holmestrand

Medlemstilbud for HSK.

Månedspris kr 440,- (inkl nøkkelkort).

12 måneders binding, kan frysas inntil 4 måneder i perioden mot tilsvarende forlengelse.

Inkludert 2x25 minutters PT veiledning.

Kr 0,- i innmeldingsavgift fram til 15.10.16, deretter kr 450,-

Stort utvalg av spinning og saltimer.

For ytterligere detaljer kontakt Trimhuset direkte.

<http://www.trimhuset-horten.no/>

<https://www.facebook.com/TrimhusetHolmestrand/>

HT Club

Medlemstilbud for HSK.

Månedspris 750,-

6 måneders binding.

Ingen innmeldingsavgift.

Spesielt tilrettelagt spinning og styrketrening for syklister.

Gratis PT oppfølging kontinuerlig gjennom vinteren.

HT Club har egen tilrettelagt lavterskel tilbud for nye syklister som ønsker å lære hvordan sykle i felt og i lag.

HT Club har også laget sykkel målsettinger om Trondheim - Oslo osv.

Laktat test kr 750,- (normalt 1.000,-) for å sikre riktige intensitetsnivå på treningene om det er kapasitets bygging eller restitusjonsturer.

Drop In-Helse som er et Helhetlig helse program inkl diett etc.

kr 1.000,- (normalt 1.500,-)

For ytterligere detaljer kontakt HT Club direkte.

<http://www.ht-club.no/>

<https://www.facebook.com/htclubno>

Sporty 24

Medlemstilbud for HSK.

Månedspris 199,- inkl.nøkkelkort. (Det er en engangssum på nøkkelkort på 150,-)

Ingen bindingstid.

Første mnd.gratis.

Fri bruk av spinning-sal til HSK timer etter eget ønske.

<https://www.facebook.com/www.sporty24.no/>

<http://www.sporty24.no/>

Generelt

Ta en titt på alle de tre sentrene for å finne hva som er det beste opplegget for hver av dere.

Sentrene har ganske forskjellige profiler og innhold.

Så her er noe for alle og enhver.

Sykkellklubben vil også i år tilrettelegge for egne HSK spinning timer (gratis for alle medlemmer).

Hvor det blir er ikke avklart ennå, så følg med på klubbens FB side gjennom høsten og vinteren for annonsering.

God treningslyst alle sammen.