

27/8-2010

# Nyhetsbrev 6

## Längre öppettider

Nu kan du träna och relaxa en timme längre på söndagarna. Gymmet och relaxen stänger kl 20.30.

Lördagar och söndagar öppnar vi redan kl. 08.00 (avser ej badet)

## Nya kurser!

Äntligen kan vi presentera våra nya efterfrågade kurser.

**Simundervisning för vuxna.** Obs nybörjarkurs. Inga förkunskaper krävs. Pris 1500 kr inkl entré.

**Crawlkurs för vuxna.** Du måste kunna simma minst 200 meter. Pris 1500 kr inkl entré.



## Nyheter gruppträning! Zumba och Function

Nu kör vi igång med den populära träningsformen **Zumba**. Ett populärt danspass till fartig latinomusik.

**Function** är ett pass med funktionell träning med fokus på att bygga upp en hälsosam kropp inifrån och ut.



## Medlemsförmåner

Träningsmedlem är du om du har ett personligt träningskort och badmedlem om du har ett personligt badkort.

## Nyhet i restaurangen - wok

Under september kan alla medlemmar äta wok-lunch i restaurangen med 20% rabatt.

## Erbjudande, prova på kort 1/9-30/9!

Prova på gruppträning och gym 10 dagar för endast 150:- Kostnad för chiparband tillkommer med 150:- (kan laddas på flera ggr).

## Autogirokampanj 1/9-30/9

De 100 första kunderna som tecknar autogiro får ProMas populära sportväska gratis. Med autogiro kan du träna och simma så mycket du vill för endast 350:- per månad (dagkort 275:-/mån).

## Bestående viktninskning med PREnet!

Nu startar vi nya kurser i grupp och vårt individuella viktninskingsprogram. Du kan läsa mer eller boka via hemsidan. Frågor? Kontakta Ulrica [ulrica@sollentunasimhall.com](mailto:ulrica@sollentunasimhall.com) tfn 070-4173401. Kom gärna på våra informationstillfällen torsdag 2/9 kl. 17.00-20.00 eller torsdag 9/9 kl. 17.00-20.00 i sim- och sporthallen.



Verksamheten i Sollentuna sim och sporthall utförs av ProMa på uppdrag av



## Boka barnkalas!

Nu kan du boka barnkalas i sim- och sporthallen. Vi tar emot max 25 barn samtidigt. Bad, hamburgare, dricka och glass ingår. Kontakta kontoret för bokning och info tfn 57922509



## Anmäl nu till Funky Kidz och Bliss!

Funky Kidz är dans för barn 2-8 år. Bliss är cool dansträning för ungdomar 9-14 år. Anmäl på vår hemsida. För mer info kontakta Anna. [anna@sollentunasimhall.com](mailto:anna@sollentunasimhall.com). Bilden ovan är från avslutningen vt-2010.



**Seniorträning.** Träning i grupp med egen tränare. Vi pratar om kost och annat matnyttigt. Efteråt fikar vi tillsammans. Pris 950:- inkl kaffe med macka. Entré till träningen tillkommer.

Kurserna är 8 ggr, en ggr per vecka, kurstart i oktober. Se hemsida.

