



GOLF KORTET

För dig som är medlem i en TopTeegolfklubb och som vill vara i toppform ute på banan i maj har vi tagit fram ett Golfkort för dig. Träna allt på alla anläggningar inom [Friskis&Svettis Stockholm](#) mellan den 7 januari - 30 april för 1450 kr + 100 kr medlemsavgift. Friskis&Svettis Stockholm har 14 anläggningar; från Kista via hela innerstan till Farsta. Med Golfkortet kan du träna gruppträning, spinning och styrketräning i fina anläggningar (motsvarande Friskis&Svettis Allträningskort). Erbjudandet gäller endast dig som är medlem i en TopTeeklubb. Köper du Golfkortet ingår startavgift till vår gemensamma tävling på International den 9 maj. Med träningskortet får du nyttja följande träningsformer på Friskis&Svettis Stockholm:

- GRUPPTRÄNING/JYMPA gäller alla grupptränings-/jympapass på alla anläggningar. Åldersgräns: 13 år (f 1996). Skivstång och Ki Box: 16 år (f 1993). [mer info](#)
- STYRKETRÄNING gäller alla tider i alla gym (utom Annexet R&R). Åldersgräns: 16 år (f 1993). Vid träning tillsammans med målsman är åldersgränsen 13 år. Gymintroduktion och fortsättningsinstruktion ingår i kortet till alla nya. [mer info](#)
- SPINNING gäller alla spinningpass. Åldersgräns: 16 år (f 1993). [mer info](#)

Anmälan: Köp ditt kort på någon av [Friskis&Svettis Stockholm anläggningar](#).

Medtag ett utskrivet HCP-bevis för att bevisa ditt medlemskap i en TopTeeklubb. Detta skriver du ut från www.golf.se/mingolf ([Lathund för Min Golf>>](#)).

Medlemskapet kan tecknas redan idag, tex. som en julklapp till någon medlem i klubben.

