

# Treningsavtale mellom Lindås kommune og Studio Nor treningscenter

Knarvik 16.09.16

Studio Nor har treningsavtale for de ansatte i Lindås kommune. Studio Nor er eit fullservice treningscenter på 1750m<sup>2</sup> med 30 ansatte og 1600 medlemmer.

Studio Nor gir 80,- i rabatt per måned (uansett antall treningsbesøk), mens Lindås kommune varierer sponsingen sin etter antall treninger per måned.

## Medlemspriser og rabatter:

Avtaletype	Grunnpris	Treninger	Rabatt	Medlemspris
1 års avtale	515	0-5	80	435
1 års avtale	515	6 eller fleire	160	355
Uten binding	685	0-5	80	605
Uten binding	685	6 eller fleire	160	525

## Betingelser:

Avtalen følger til ein kvar tid gjeldene prislister på Studio Nor. Alle avtaler belastes eit innmeldings- og administrasjonsgebyr på kr. 500,-. Førrige prisjustering av desember 2015.

## Treningsoppfølging:

Når ein blir medlem får alle ein eigen personlig trener som følger ein opp med 3 gratis veiledningstimer i løpet av det første halve året. Ein får eit skreddersydd treningsprogram, som er tilpasset den enkeltes mål og behov. Alle øvelser blir grundig gjennomgått med treneren, slik at ein får eit kvalitetsikret treningsopplegg og ein trygg og god start på medlemskapet.

## Målsetting:

Kommunen vil med denne avtalen motivere de ansatte til meir fysisk aktivitet og med det gi dei ansatte økt livskvalitet og bedre helse, psykisk og fysisk. Aktivitet kan også redusere sjukefraværet ved å hjelpe de sjukemeldte raskere tilbake i jobb. Studio Nor kan om ønskelig gi kommunen oversikt over kven som er medlem, kor ofte de trener og kor lenge de er medlem. Dette er opplysninger som i neste omgang kan sjåast i sammenheng med sjukefraværet.

## Betingelser:

Avtalen gjelder alle ansatte i Lindås Kommune. Lindås kommune har ansvar for å kontrollere listene som blir sendt ut med fakturaen, og melde fra om det ikkje stemmer.

Avtalen er gjeldene så lenge ein av partene ikkje seier opp avtalen, med 3 mnd. oppsigelsestid.

Studio Nor  
Tine Samdal Olson, daglig leder

Lindås Kommune  
Oddvar Haugland, HMS ansvarlig