



## **KLTK Gymmet för barn och ungdomar**

### **För säkerhet och utbildning**

Vi vill att barn och ungdomar ska vara aktiva och har därför byggt upp ett fungerande system där vi ger en bra "träningutbildning" för rätt och riskfri träning. Vi passar också på att informera om hur man uppför sig i ett träningscenter. Oavsett om träningen ska bedrivas med målsman eller själv så krävs minst ett utbildningstillfälle med tränare.

Åldersindelningen ska utläsas från det år man uppnår respektive ålder.

### **Ålder 0–6 år**

Av säkerhetsskäl kan vi inte välkomna våra allra minsta till gymlokalen.

### **Ålder 7–15 år**

Är välkomna att träna i gymmet men endast med personlig tränare/ målsman, eller efter en tränares godkännande.

### **Ålder 16–18 år**

Är välkomna att träna i gymmet med målsmans skriftliga godkännande.

### **18 år och uppåt**

Fri träning, vi rekommenderar minimum 3–5 personliga träningstimmar per år för att din träning ska bedrivas på ett säkert och effektivt sätt. Från 18 år och uppåt ändras också prisbilden till ordinarie pris. Om 18 årsdagen infinner sig under en period då personen är medlem ändras priset till kommande period.

-----

Vi förbehåller oss rätten att neka träning efter introduktionen om vi anser att träningen inte kan bedrivas på ett tryggt och säkert sätt. Vi följer de medlemsregler som finns på [kltk.se](http://kltk.se). Priset för utbildningsträff är 800 kronor. KLTK:s juniormedlemmar betalar 500 kronor.

Juniorer som är med i KLTK:s verksamhet erbjuds medlemskap i KLTK Gymmet för 3 000 kronor per år.

Ordinarie pris är 3 500 kronor per år och över 18 år är priset 7000 kr per år. Medlemskap debiteras kalenderårsvis löpande 6 månader.

All ungdomsträning kräver målsmans godkännande.

För bokning av introduktion samt mer information om ungdomsträningen, kontakta Peter Tielman, [peter@inmo.se](mailto:peter@inmo.se) eller 076-898 71 89.

Välkomna!

Önskar vi på KLTK Gymmet, Powered By InMo