

Utmana dig själv och ta träningen till nästa nivå!

PT Smallgroup är det enda rätta för dig som vill ha bra tryck och motivation i en träningsgrupp med teamkänsla som är något utöver den vanliga gruppträningen.

Det är roligare att träna tillsammans!

Med PT Smallgroup får du både fördelarna från den individuella personliga träningen och energin och sammanhållningen från att träna i grupp.

Prova ett nytt spännande upplägg!

Våra personliga tränare har en mängd utmanande och spännande träningsupplägg att presentera för dig och dina teamdeltagare, oavsett era respektive nivåer.

Din tid är viktig så gör det mesta av den med människor du tycker om!

Bygg din egna grupp med vänner, bekanta, familj och kollegor.

Med PT smallgroup får du även förmånligare pris jämfört med att träna själv med en PT, priserna minskar beroende på gruppens storlek.

Lyftskola
Styrkelyft

Lyftskola
Tyngdlyftning

Löpskola

Kostprogram

Kettlebell

Uppstart

Skidåkning

Toppform

Mamma
under/efter

PT DUO

4 tillfällen

2 personer
1540:- per person



PT SMALLGROUP

5 tillfällen
Är ni 3 eller fler på en av våra
smallgroups lägger vi till en
session.

3 personer
1500:- per person

4 personer
1200:- per person



PT SMALLGROUP 5+

7 tillfällen
Är ni 5 eller fler på en av våra
smallgroups lägger vi till två
ytterligre sessioner!

5 personer
1200:- per person

6-10 personer
800:- per person