



Nu lanserar vi ett nytt medlemskap, Inpuls Familj, som riktar sig till barn och ungdomar i åldrarna 12-16 år. Medlemskapet innebär att barnet/ungdomen får träna tillsammans med målsman eller av målsman annan godkänd vuxen.

Inpuls Familj - ett medlemskap för ditt barn

Genom Inpuls Familj vill vi vara med och bidra till att förbättra barn och ungdomars fysiska aktivitet. Vi vill också möta våra medlemmars önskemål om att kunna träna tillsammans med sina barn/ungdomar.

När du tecknar Inpuls Familj för ditt barn/ungdom inleds medlemskapet med en sk träningsvägledning. Vid träningsvägledningen får barnet/ungdomen ett särskilt anpassat träningsprogram anpassat till ålder och motorisk utveckling, samt träningsrekommendationer baserade på träningsbehov och mål med träningen.

Efter träningsvägledningen får barnet/ungdomen träna i Inpuls lokaler tillsammans med målsman eller av målsman annan godkänd vuxen. Barnen/ungdomen har utöver tillgång till tränings ytan möjlighet att delta på följande utvalda gruppträningsklasser: LättAerobic, Core, Pilates, Funk, Cirkel, DanceAerobic, BodyJam och Spinning (förutsätter en minsta längd på 155 cm).

Målsmannen ansvarar för att våra trivselregler följs. Tex undanplockning, respekt för andra tränande samt våran utrustning.

Pris: 310:-/månad

Bindningstid: 12 månader

Medlemsavgift: 300:- (ord. pris 600:-)

Om målsmannen fryser sitt kort får även barnet/ungdomen frysa för en summa av 500:-
(max 3 månader)

Frågor och svar om Inpuls Familj

Vad är Inpuls Familj?

Inpuls Familj är ett nytt Inpuls medlemskap för barn och ungdomar i åldrarna 12-16 år som vill träna tillsammans med sin förälder eller av målsman annan godkänd vuxen.

Medlemskapet inleds med två obligatoriska träningsvägledningar för att barnet/ungdomen ska få kunskap om träning. Efter träningsvägledningen får barnet/ungdomen träna i Inpuls lokaler tillsammans med sin förälder. De får också delta i ett antal utvalda gruppträningsklasser: BodyStep, Aerobic, Core, Cirkel, DanceAerobic, BodyJam och Spinning (förutsätter en minsta längd på 155 cm).

Vi har valt ut dessa klasser för att vi tror att de passar barn och ungdomar bra och att det kommer att fungera bra i den ordinarie verksamheten. Vi har valt att begränsa antalet klasser för att vi ska kunna ha god uppföljning och ett bra samarbete med dem som leder dessa klasser så vi håller en god kvalitet då vi blandar upp grupperna med barn och ungdomar. Vi kommer eventuellt att utöka antalet i efterhand.

Vilka kan köpa medlemskapet Inpuls Familj?

Barn och ungdomar i åldern 12 – 16 år kan teckna medlemskap genom målsmans underskrift och får då träna tillsammans med sin förälder eller av målsman godkänd annan vuxen.

Måste barnet alltid träna tillsammans med målsman eller annan vuxen?

Ja, all träning ska ske tillsammans med målsman eller av målsman annan godkänd vuxen.

Hur köper jag medlemskapet?

Du köper det på Inpuls. Medlemskapet har en bindningstid på 12 månader.

Vad kostar medlemskapet Inpuls Familj?

310 kr i månaden med tillkommande medlemsavgift på 300:-.

Vad händer om mitt barn inte vill träna efter ett par månader? Kan jag säga upp kortet även om jag bundit det i 12 månader?

Vi hanterar detta medlemskap som övriga medlemskap. Med andra ord, om barnet/ungdomen av någon anledning inte vill eller kan fortsätta sitt medlemskap hos oss bör den vuxne skriftligen beskriva anledningen så tar vi ställning till detta från fall till fall.

Hur bokar man in sig på gruppträningsklasserna?

Bokningen sker precis som för ett vanligt medlemskap, dvs. man går in på www.inpuls.nu där man bokar sig på våra gruppträningsklasser genom att logga in med sitt medlemskortsnummer och mailadress.

Varför erbjuder Inpuls träning för barn/ungdomar?

Vi vill bidra till att förbättra barn och ungdomars fysiska aktivitet. Idag minskar den obligatoriska idrotten i skolorna och barnen/ungdomarna ges inte möjlighet att vara fysiskt aktiva i den mån de behöver. Vi vill komplettera skolidrotten och inspirera både barn och vuxna till att röra på sig och leva i en aktiv vardag. Dessutom är Inpuls Familj ett mervärde för våra medlemmar. Tiden med familjen är viktig, varför vi nu vill erbjuda våra medlemmar att även kunna umgås med sina barn/ungdomar i en träningsmiljö.

Vilken är er inställning till att låta barn träna vid ung ålder?

Det handlar om att ha en sund inställning till motion. Den träning vi erbjuder våra medlemmars barn och ungdomar är väl anpassad för dem och leds av Inpuls utbildade instruktörer som även har tagit del av den senaste forskningen och rekommendationer gällande barn/ungdomar och träning. Vår målsättning med Inpuls Familj är att barnen/ungdomarna ska ha roligt och får en positiv syn på rörelse, vilket lägger grunden för en fortsatt sund livsstil.

Vilka andra typer av barnträning har Inpuls?

Vi har träning för barn som vi kallar FunkyKidz som riktar sig till barn mellan 4-12 år, FunkyTeen som riktar sig till ungdomar mellan 13-15 år samt FunkyBoyz som riktar sig till killar mellan 7-12 år. Se mer under fliken FunkyKidz.