



Bli företagskund hos oss!

Träning och friskvård är ingen kostnad utan en investering för företaget. Vi på Inpuls är en samarbetspartner för företags om satsar eller vill satsa på medarbetarnas träning och hälsa.

Bli Företagsmedlem på Inpuls och vi erbjuder skräddarsydda tjänster inom Träning, Hälsa och Event!

Vi har valt att dela in våra tjänster i :

Träningstjänster

- Årskort
- Företagsklipp, Träning
- Egna Gyminstruktioner
- Egen gruppträning tex PSI, Funktionell Cirkelträning, Body Pump

Hälsotjänster

- Bra Start Företag
Inpuls erbjuder ett "Bra Start-program" i syfte att få alla företagsmedlemmar att träna regelbundet. En kick off i företagets hälsoarbete.
- Xtravaganza.
Ett viktminskningsprogram som bygger på mental Träning, träning och kost.
För mer information se fliken Xtravaganza på vår hemsida eller ring och prata med någon av våra viktcoacher Petter Pettersson, Kirsi Poikela eller Pernilla Forsberg.

Eventtjänster

- Hälsa x 4 – en föreläsningsserie
Passar utmärkt vid hälsodagar ute hos företag eller hos oss på Inpuls.
- Hyr en föreläsare
Vi erbjuder våra företagsmedlemmar, bra och prisvärda, föreläsningar inom träning-hälsa och friskvård.

Som företagskund hos oss blir vårän säljare ditt bollplank genom er friskvårdssatsning. Vi ger er kunskap, engagemang och ideér om hur er satsning blir framgångsrik och lönsam. Vår ambition är att ge er som företag verktyg för att er friskvårdssatsning skall bli framgångsrik och lönsam. Se oss som ditt bollplank och din långsiktiga partner, någon som är med hela vägen, från start till mål.

För att er friskvårdssatsning skall lyckas hela vägen rekommenderar vi följande steg:

- Se till att satsningen är väl förankrad i hela företaget
- Ge personalen goda förutsättningar att träna genom att t ex erbjuda friskvårdsbidrag
- Vi utbildar och informerar er personal genom föreläsningar och informationsbroschyrer
- Vi ser till att aktivera er personal genom t ex kom-igång-klasser och träningsvägledningar
- Vi ordnar olika motivationsaktiviteter tillsammans med er. Det kan t ex vara frukostträffar eller 2 ggr/v kampanjer.

När du bokar ett möte med oss berättar vi mer utförligt om de olika stegen och ger förslag på hur just ditt företag kan nå era uppsatta mål på bästa sätt.

Vi ger er verktyg och coaching

Vi hoppas att vi kan ge er de rätta verktygen och rätt coaching för att ni ska känna er trygga i er friskvårdssatsning. I det följande har vi listat vårt utbud utifrån ett företagsperspektiv. Detta och mycket mer kan vi bidra med!

Gratis träningsvägledning

Vi vill att alla skall få ut det mesta möjliga av sin träning och upprätthålla motivationen att fortsätta träna. Våra träningsvägledare hjälper dig att hitta den träningsform som passar just dig och dina behov. Som Inpuls-medlem har du rätt till så många träningsvägledningar du känner ett behov av.

Få ut mesta möjliga av ditt medlemskap!

För att du ska få ut mesta möjliga av Inpuls breda utbud är Träningsvägledning inkluderat i ditt medlemskap. När du tecknar ditt medlemskap bokar vi in dig på en Träningsvägledning för att du lätt och snabbt skall komma igång med din träning!

Träningsvägledaren hjälper dig att hitta rätt träningsformer för dig, utifrån dina tidigare träningserfarenheter och hur ditt liv i övrigt ser ut, t ex barn, jobb etc. Träningsvägledaren kan bland annat hjälpa dig med att sätta ihop ett individuellt anpassat träningsprogram, rekommendera gruppträningsformer som kan passa dig, visa olika träningsövningar och sätta realistiska mål med din träning.

Träningsmaskiner i toppklass

Vissa gillar att träna styrketräning och konditionsträning på egen hand. För dem erbjuder vi ett stort utbud av träningsmaskiner på våra center.

Träna på egen hand eller delta i en klass!

På Inpuls kan du konditionsträna på egen hand i våra olika konditionsträningsmaskiner eller genom att delta i en klass inriktad på konditionsträning som t ex våra spinningklasser!

Att förbättra sin kondition är den vanligaste orsaken till att människor börjar att träna. Konditionsträning innebär att du tränar ditt hjärta och det är självklart bra för alla!

Styrketräna på egen hand eller i grupp!

På Inpuls kan du träna styrketräning i våra maskiner eller med fria vikter. Vi erbjuder även flera olika typer av styrkeinriktade klasser.

Styrketräning är en träningsform som ger minst ett, men ofta två resultat. Dels ökar muskelstyrkan och dels ökar muskelmassan. Styrketräning är bra för alla och genom att träna styrketräning kan du förebygga och lindra många besvär i muskler och leder.

Sveriges största utbud av gruppträningsklasser

Vill du bli starkare eller bättra på din kondition? Spinning, dansa eller förbättra din balans? Vårt gruppträningsutbud erbjuder något för alla oavsett om du är gammal, ung, vältränad eller just börjat med din träning.

Snabba resultat med en personlig tränare

Har du satt mål med din träning? En personlig tränare kan hjälpa dig både att sätta realistiska mål och att se till att du uppnår dem! Personlig träning handlar om motivation, träningsresultat och utveckling.

Personlig träning på Inpuls

Personlig träning är ett härligt sätt att få ut maximalt av din träning! Har du väl börjat brukar det resultera i att du återkommer med jämna mellanrum.

En personlig tränare (PT) kan hjälpa dig med allt ifrån att komma igång med din träning till att lägga upp specifika träningsprogram för ett särskilt ändamål, t ex gå ner i vikt eller springa maraton. Inpuls har Petter Pettersson som är utbildad personliga tränare. För att göra det enkelt för dig erbjuder vi även särskilda paketlösningar om den får du närmare info om när du kontaktar Petter.

Barnpassning

Låt barnen ha roligt medan du tränar! Vi erbjuder barnpassning i vårt lekrum måndag – torsdag. Här tar vår personal hand om dina barn och er till att de trivs och har kul medan du tränar i lugn och ro. Barnpassningen är inkluderat i ditt medlemskap.

Generösa öppettider

Inpuls gör det möjligt för dig att träna när det passar bäst för dig. Innan jobbet, på lunchen eller sent på kvällen. Våra generösa öppettider är till för att underlätta för dig att komma iväg på ditt träningspass.

Samarbete

Är du i Boden eller Piteå och jobbar?? Då har du möjlighet att träna på Step In, är du någon annanstans i Sverige och jobbar? Kontakta då oss för mer info ang. KlubbSverige eller gå in på deras hemsida www.klubb sverige.se.

Kontakt

Inpuls	0920-227900
Fax	0920-227903
Epost	info@inpuls.nu
Camilla Soini företagssäljare	070-329 6699
Epost	camilla@inpuls.nu
Petter Pettersson	0920-227902
Epost	petter@inpuls.nu

The logo for Inpuls, featuring the word "inpuls" in a red, lowercase, cursive script font.