

A group of people in a gym setting are performing a high-five exercise. They are standing in a circle, with their hands raised and touching. The background shows gym equipment and lights. The text 'FIRMA TRÆNING' is overlaid in the center in a bold, yellow, italicized font with a white outline. Below it, the logo for 'CRAMERS STUDIE' is visible, featuring the word 'CRAMERS' in a large, white, sans-serif font with a white circle over the 'A', and the word 'STUDIE' in a smaller, white, sans-serif font below it.

# ***FIRMA TRÆNING***

CRAMERS  
STUDIE

## SKRU OP FOR STYRKEN MED CRAMERS FIRMATRÆNING

Ønsker du at tilbyde træning på din virksomhed, kan I vælge imellem 1, 2 eller 3 ugentlige træningspas. Vi tilbyder løbetræning, styrke-pulstræning og yoga, som kan kombineres, som I foretrækker.

- 1 x træning/uge: 1.800 kr./gang, 7.200 kr./måned
- 2 x træning/uge: 1.500 kr./gang, 12.000 kr./måned
- 3 x træning/uge: 1.200 kr./gang, 14.400 kr./måned

### PRISEN INKLUDERER

1, 2 eller 3 ugentlige træningspas på virksomheden

Fysiske test ved start og slut, hvor kondital og styrkeniveau fastsættes hos den enkelte

Opskrifthæfte, hvor medarbejderne finder inspiration til sin sunde madlavning.

### KONTAKT & TILMELDING

Ønsker du at høre mere, er du velkommen til at kontakte via vores hjemmeside [cramersstudie.dk/kontakt/](http://cramersstudie.dk/kontakt/) eller på email [kontakt@cramersstudie.dk](mailto:kontakt@cramersstudie.dk).

### DET MED SMÅT

Priserne er gældende ved køb af min. 12 ugers træning, og er gældende for op til 20 medarbejdere.

Prisen inkluderer ikke transportomkostninger ved forløb udenfor København.

Er I på udkig efter et forløb som inkluderer kropsanalyse (måling af vægt samt fedt- og muskelmasse) i forløbets opstart og afslutning – og eventuel ugentlig vejledning, så er vores 12 ugers **SUNDHEDSFORLØB** måske noget for jer. Klik her og læs mere om vores sundhedsforløb!

