

CampusSport

# FIFFIG TRÄNING

[www.campusport.fi](http://www.campusport.fi)  
[info@campussport.fi](mailto:info@campussport.fi)



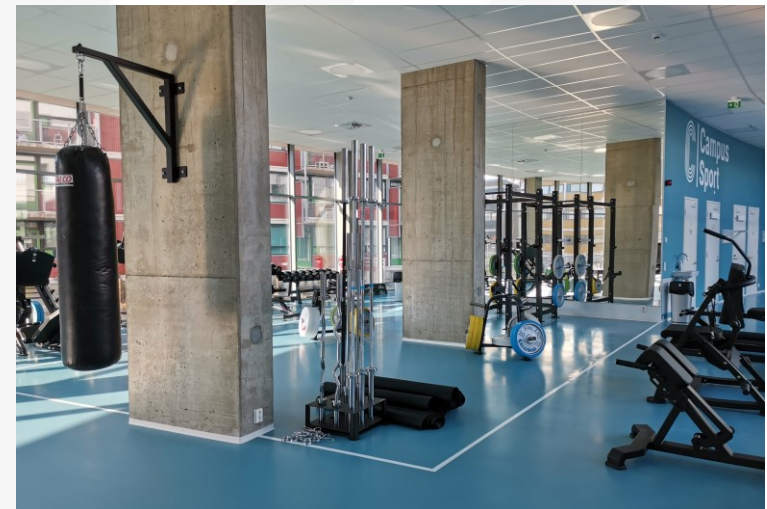
**CHOOSE YOUR PATH.**



**Gym**

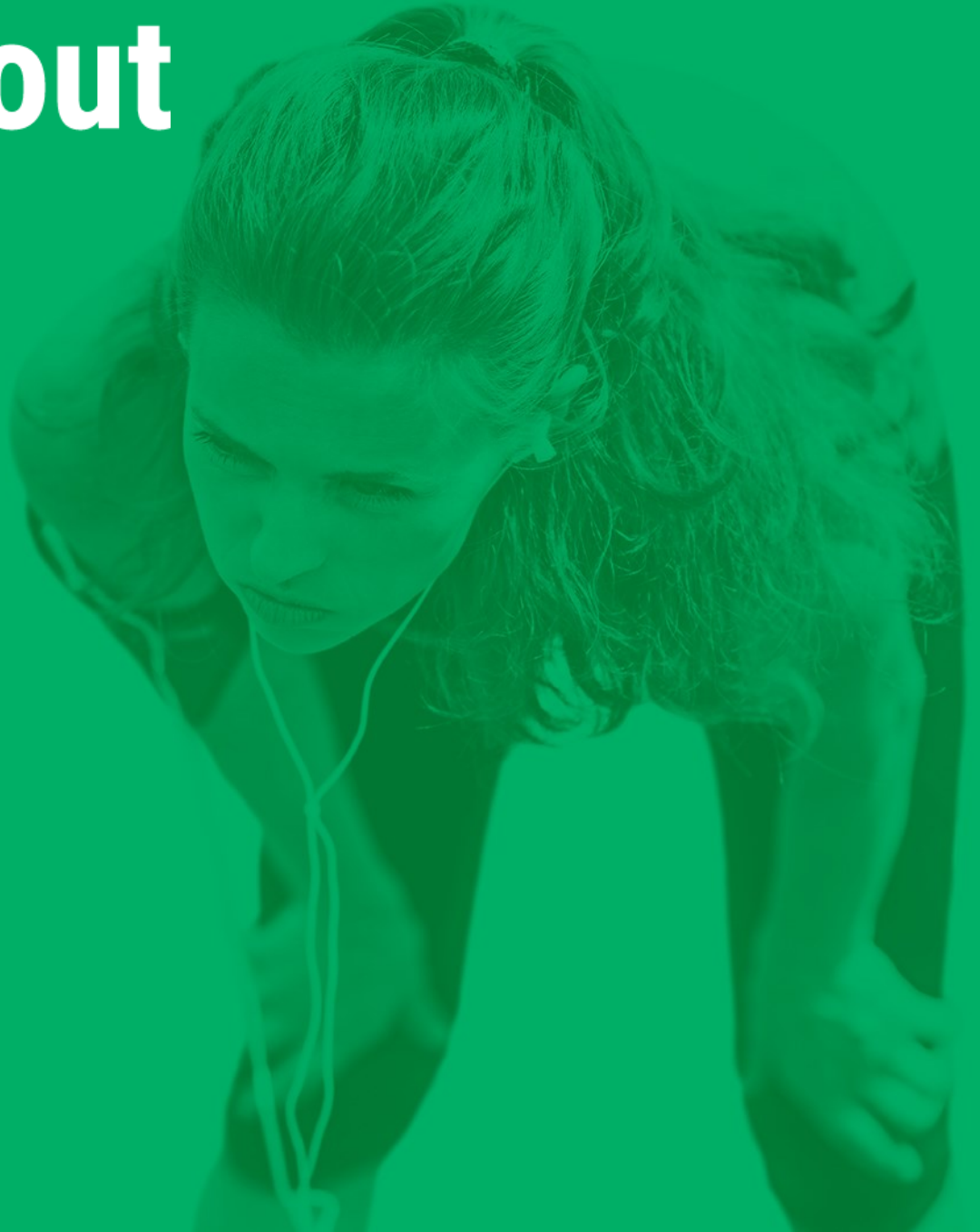


- Aurum (Henriksgatan 2), 383 m<sup>2</sup>
- Educarium (Assistentgatan 5), 90 m<sup>2</sup>
- Formis (Formansgatan 2), 115 m<sup>2</sup>
- Roddis (Tavastgatan 22), 135 m<sup>2</sup>
- Tyysija (Inspektorsgatan 12), 268 m<sup>2</sup>





# Workout



## **Ledd motion**

### **Styrka**

- Pump, Mage-lår-rumpa, EasyTräning

### **Pulshöjande motion**

- Bike, HIIT, Combat

### **Dans**

- DanceFit, Latin Show, HipHop

### **Kroppsvård**

- Djup stretching, Yoga, Pilates







# Combat & Ballsports





## Bollspelsturer

- innebandy, badminton, futsal, basketboll, padel

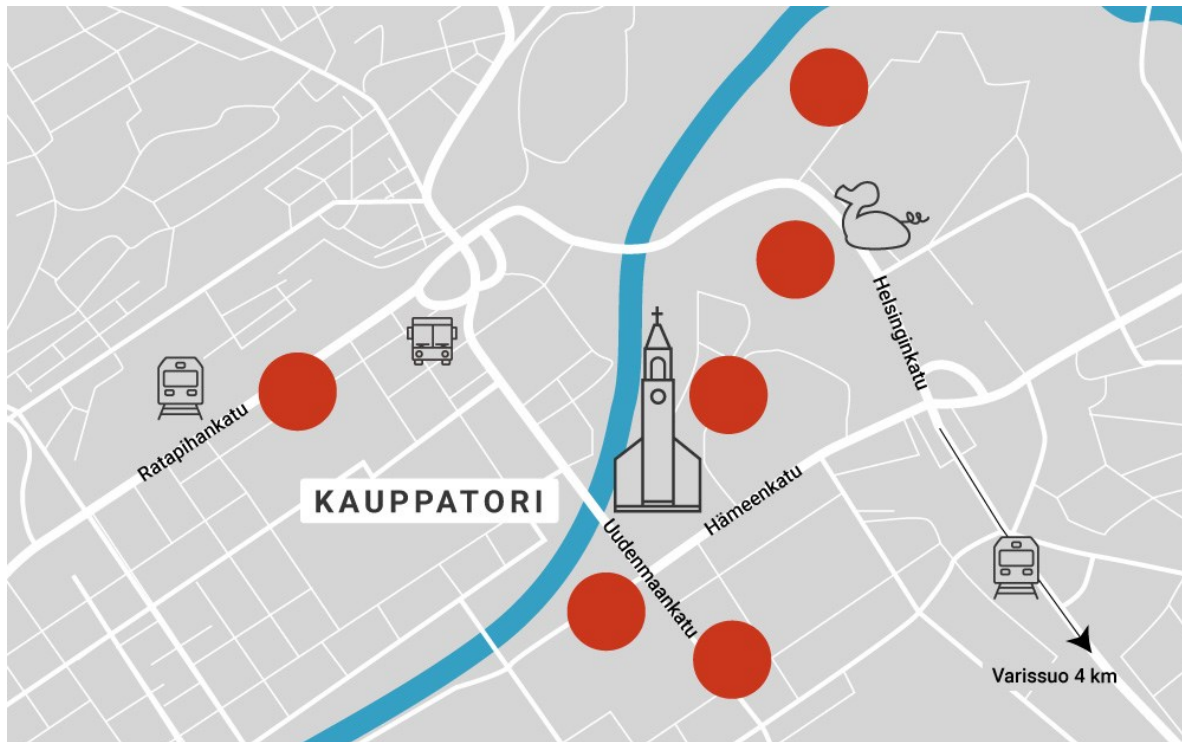
## Kampsporter

- taekwondo





# Motionsplatserna på kartan



**Hur komma med?**



## **Priser och längden på perioderna**

Motionsavgifterna för studerande

- **78 euro** läsår (höst OCH vår)
- **51 euro** termin (höst ELLER vår)
- **21 euro** / 30 dagar (i kraft från köpögonblicket)

Höstterminen **1.9–31.12.2023** (ledda timmar och motionsturer 4.9–14.12)

Vårterminen **2.1–30.4.2024** (ledda timmar och motionsturer 8.1–29.4)

### Hur får jag tillgång till tjänsterna?

- [www.campusport.fi/sv](http://www.campusport.fi/sv) -> nätbutiken
- Registrera dig med högskolans användaruppgifter och betala avgiften i nätbutiken
- Gå till Educariums eller Sport Sirkkas motionsutrymme och aktivera din tag
- Närmare information på våra webbsidor!





**Gratis pröva på möjligheten  
4.9-17.9.2023. Välkommen!**



**Tjänster med  
separata avgifter**



## **De individuella tjänsterna för dem, som betalat motionsavgiften**

- Massage
- Näringsrådgivning
- Personal trainer -tjänster

Priserna och instruktioner för  
bokningarna hittas på våra  
webbsidor!



## Tävlingar

- 24 tävlingar för alla inom Åbos högskolor
- Deltagandet förutsätter inte betalning av CampusSports motionsavgift
- På hösten bl.a. fotboll, tennis, golf, volleyboll
- [campussport.fi/tavlingar](http://campussport.fi/tavlingar)





## Kurser

- 10 kurser, separat avgift 32-72 euro
- 5-8 kurstillfällen
- Deltagandet förutsätter inte betalning av CampusSports motionsavgift
- Grenar t.ex. luftakrobatik, stångdans, kickboxning

**CampusSport**

**Vi ses i motionens tecken!**

[www.campusport.fi](http://www.campusport.fi)  
[info@campussport.fi](mailto:info@campussport.fi)

Facebook & Instagram  
[@campussportturku](#)  
[#campussportturku](#)