Pressekonferanse mandag 29. august 2011

**Nye Surnadal Trening og Velvære**

Infogym: Interaktivt informasjons- og veiledningssystem. Vi blir en av de første i området som får dette.

Et eksempel på hvordan du kan bruke infogym: Du trykker på skjermer så kommer det fram hvilke apparat vi har og hvordan vi bruker dem.

Vi får nye oppdaterte treningsutstyr: Stilige, brukervennlige og sterke apparat.

Lett tilgjengelig inngangsområde, med rullestolrampe. Flott nytt resepsjonsområde, med en sittegruppe hvor man kan senke skuldrene med en kopp kaffe/te og slå av en prat med andre medlemmer.

2 behandlingsrom, flere terapeuter: Naprapat, Aromaterapeut, Fotterapeut og Akupunktør.

Vi har vært i møte med Frisklivssentralen borte på kommunen, og vi gleder oss til å bidra her!

(Frisklivssentralen er et lavterskeltilbud for de som enda ikke har kommet i gang med trening/bevegelse. De som er interessert i frisklivssentralen kan ta kontakt med folkehelsekoordinator Anett Ranes)

Vi får en amfisal med spinnsykler, hvor salen er oppbygd etasje vis. Vi håper å få inn 20 sykler.

Nytt musikkanlegg

Klatrevegg – Kårvatn Fjellutstyr skal bygge. Familievennlig.

Bootcamp, egentlig militær rekruttrening, men har i de seinere årene blitt veldig populært inn fitness som motiverende gruppetrening. Vi kan da tilby innendørs trening med det beste utstyret for funksjonell og effektiv trening. Eksempelvis kan bedrifter konkurrere innad i bedriften, eller mot andre bedrifter. Også noe vi tilbyr gjester på Vårsøg hotell.

Vi er opptatt av samhandlingsreformen, få ned sykefraværet og god helse og trivsel i Surnadal.

Store flotte garderober med flere dusjer og låsbare skap.

Stor parkeringsplass

Store flotte nye vindu, fin utsikt

Nytt ventilasjonsanlegg

Våre styrker er at vi er god på å være tilsted og se folk. God service til alle er viktig for oss. Vi er opptatt av at det skal være reint og ryddig hos oss, og det lille ekstra, som f.eks gratis frukt.

Vi skal fortsette å kjøre på med mange forskjellige gruppetimer. Vi legger vekt på høy kompetanse, sertifiserte trenere og god kommunikasjon med våre kunder.

Mange synes det er tungt å begynne å trene, med eksempelvis Pilates, er en type trening der du ikke behøver å ha kondisjon på topp. Flere har opplevd at etter de har begynt med trening får de mer energi og stress går ned.