

Malmö idrottsakademi

| | Registrerade föreningar och organisationer Pris/person | Övriga Pris/person |
|--|--|-----------------------|
| Uthållighetstester - laktattester | | |
| Maximal syreupptagningsförmåga – genomförs på SUS | 1610 kr* | 1930 kr* |
| Maximal syreupptagningsförmåga + mjölksytröskeltest – genomförs på SUS | 2410 kr* | 2890 kr* |
| Mjölksytröskeltest | 1610 kr* | 1930 kr* |
| Blodlaktattest fälttest | 540 kr* | 640 kr* |
| Windgate test | 800 kr* | 960 kr* |
| Cooper test, Beep test, YoYo test | 320 kr* | 390 kr* |

För grupper och lag ges grupprabatt

| | | |
|---|---------|---------|
| Rehabträning med avlastad löpning, alter G | | |
| Introduktion, genomgång 1 timme | 780 kr* | 930 kr* |
| Löpträning 30 min | 130 kr* | 160 kr* |

| | | |
|--|-------------|-------------|
| Styrka/power, snabbhet, spänst, rehab m.m. | | |
| Musclelab powertest, ett baspaket inkluderar test och analys | 1340 kr* | 1610 kr* |
| Musclelab, tilläggstest t.ex. bänkpress | 320 kr* | 390 kr* |
| Musclelab, rehabtest | 400 kr* | 480 kr* |
| Hopptester: SJ, CMJ, CMJAS | 320 kr* | 390 kr* |
| Sprint, T test, Harres test m.fl. tester | 320 kr* | 390 kr* |
| Screening av rörlighet | 540 kr* | 640 kr* |
| Löpanalys på löpband inkl. videoanalys och löpskolning | 1340 kr* | 1610 kr* |
| Träningsprogram 3 månader inkl. genomgång av övningarna | 1340 kr* | 1610 kr* |
| Instruktör personlig/grupp träning, flowin, sportsbasics, m.m. | 780 kr/tim* | 930 kr/tim* |
| Instruktör personlig/grupp teknikträning med skivstångsövningar m.m. | 780 kr/tim* | 930 kr/tim* |

För grupper och lag ges grupprabatt.

Fysprofilen eller delar av fysprofilen kan genomföras. Begär prisuppgift.

| | | |
|--|----------------|----------------|
| Idrottsnutrition | | |
| Individuell rådgivning (vid behov ingår mätning av energiförbrukning och kroppssammansättning) | 780 kr/tim* | 930 kr/tim* |
| Blodprov, järnstatus och vitaminer | 430 kr* | 510 kr* |
| Teori/praktik i "Idrottsköket", 3x45 minuter, råvaror ingår ej | 6960 kr/grupp* | 8350 kr/grupp* |

För grupper och lag ges grupprabatt

| | | |
|--|---------|---------|
| Idrottspsykologi | | |
| Individuell rådgivning, idrottspsykologisk profilering | 780 kr* | 930 kr* |
| Studie- och karriärvägledning | | |
| Individuell rådgivning, profilering | 780 kr* | 930 kr* |
| | | |

| | | |
|---|----------------|---------------------|
| Styrkelokalen | | |
| Årskort individuellt, senior (klubbavtal krävs) | 2140 kr* | 2570 kr* |
| Årskort individuellt, junior (klubbavtal krävs) | 1610 kr* | 1930 kr* |
| Årskort lag, senior, bokad tid med tränare, per person | 1280 kr* | 1540 kr* |
| Årskort lag, junior, bokad tid med tränare, per person | 1070 kr* | 1280 kr* |
| Hyra heldag | 4280 kr* | 5140 kr* |
| Hyra halvdag | 2140 kr* | 2570 kr* |
| Hyra/timme | 860 kr* | 1030 kr* |
| | | |
| Föreläsningar, idrottspsykologi, kost, träningslära m.m. | | |
| 2 x 45 min | 5350 kr/grupp* | 6420 kr/grupp* |
| 3 x 45 min | 6960 kr/grupp* | 8350 kr/grupp* |
| Halv dag | 9100 kr* | 10 910 kr/grupp* |

* Moms ingår