

# Sterke ansatte løfter bedriften

Mangfoldige treningsmuligheter  
og avtaler som tilpasses din bedrift

Investering i egne ansatte ved å tilrettelegge for gunstig og fleksibel bedriftstrening, er en verdifull og fin ting å gjøre, både på vegne av bedriften, enkeltindividet og fellesskapet.

**Derfor har vi har gjort bedriftstrening enkelt og fleksibelt her på Espern.**

## Trening gir mange fordeler:

- Mindre sykefravær
- Mer overskudd
- Mer effektivitet
- Økt arbeidskapasitet
- Bedre humør
- Økt konsentrasjon
- Bedre stressmestring

## Litt om Espern Lillehammer:

- Åpent 356 dager i året.
- Åpningstid 05:00-23:00
- Nytt og moderne treningsstudio
- Låsbare skap til verdisaker. Det er ikke garderober eller dusjfasiliteter på senteret.
- Last ned MEMBRO appen og benytt mobil adgang.

## Salutis HMS

**Vi har gleden av å gi følgende treningstilbud på Espern Lillehammer:**

**Avtalegiro kontrakt med 12 måneders binding 319,- /mnd.** Fritt adm.gebyr (Veil 300,-ved innmelding)

For innmeldingskode kontakt [post@salutis.no](mailto:post@salutis.no).

Hamar den 23.03.2026.

Espern Lillehammer Epost:

[firma@esperm.no](mailto:firma@esperm.no) | [esperm.no](http://esperm.no)

esperm

Vi styrker deg for livet