

| | |
|--|---|
| Terve Urheilija -viikkotreenit (omaa lajiharjoittelua tukeva ominaisuusharjoittelu ja kuntouttava valmennus) | sisältyy jäsenmaksuun |
| Ravintovalmentajan vastaanotto | alennetut hinnat: ensimmäinen ja toinen 20€/kerta seuraavat 40€/kerta maks. 5 kertaa vuodessa |
| Psyykkisen valmentajan vastaanotto | alennetut hinnat: ensimmäinen ja toinen 20€/kerta seuraavat 40€/kerta maks. 5 kertaa vuodessa |
| Liikuntalääketieteeseen erikoistuvan lääkärin vastaanotto Tampereen Urheilulääkäriasemalla | alennettu hinta: 27€/käynti |
| Perusteellinen urheilijan terveydentilan ja hyvinvoinnin kartoitus Tampereen Urheilulääkäriasemalla | 90€ + verikokeen hinta. 1. luokkalaisille urheilulinjalaisille maksutta (pl. näytteenotto) |
| Kaupungin urheilupaikat: Pirkkahalli, Nääshalli, Hervannan vapaa-aikakeskus, Uimahallit (Tampereen uintikeskus, Hervanta, Tesoma, Pyynikki) | 35€/vuosi |
| SportUni -liikuntatilat ja -palvelut korkeakoululaisille | 44€/vuosi (norm. 75€) |
| Varalan Urheiluopiston liikuntatilojen käyttöoikeus niiden ollessa vapaana | sisältyy jäsenmaksuun |
| Varalan Urheiluopiston valmennuskeskuksen testiaseman palvelut | alennetut hinnat akatemiaurheilijoille |
| Uraohjaus ja -neuvonta opiskelupaikkaa etsittäessä | sisältyy jäsenmaksuun |
| Adecon uravalmennus ja CV-klinikat työuralle siirryttäessä | sisältyy jäsenmaksuun |
| Urheilijan talouden omavalmentaja yhteistyössä Aito Säästöpankin kanssa | sisältyy jäsenmaksuun |
| Mahdollisuus hakea Tampereen Urheiluhierojakoulun ja Pirkanmaan Urheiluhierojakoulun opiskelijoiden projektihierottavaksi akatemiastatuksella (tarkoitettu vähintään SM-tason urheilijoille) | sisältyy jäsenmaksuun |
| Akatemian urheilijatapaamiset vaihtelevin teemoin | sisältyy jäsenmaksuun |
| Varalan Urheiluopiston seminaarit | alennushinnoin |