




Tule mukaan ryhmävalmennukseen!

Kuntosali

TRAINING CENTER

Uskalla Onnistua

 **Torstaina 28.1.2016 klo 19:00**

 **Kesto 3 kk (28.4. asti)**

Ilmoittaudu 21.1. mennessä sähköpostilla:

tahdonvoimaa@wippies.fi

Ja vastaa paluupostissa saamasi lomakkeen kysymyksiin



Sis.

- * vapaan kuntosalinkäytön 3 kk
- * kuntotestit
- * ruokavalion
- * kuntosaliohjelman
- * ryhmätapaamisen 1 krt/vko
- * punnitukset
- * Inbody -mittauksen 2 krt
- * viikkotehtävät

Lisätietoja:

Petra Virtanen, puh. 040 582 5409

Kuntosali, puh. 044 552 2966 / 0400 545 715

Innostavalla
ohjelmalla
kroppa ja mieli
huippukuntoon!

**Tahdon-
voimaa**

