

SÆT "FUT" I FORBRÆNDINGEN



MÖVINGLIFE

- Vejen til ny livsstil



SPORT OG FITNESS
DIT CENTER - VILDBJERG

NYT HOLD I SPORT & FITNESS VILDBJERG

HAR SOMMERENS HYGGE SAT SIG FOR MEGET PÅ SIDEBENENE, OG TRÆNGER FORMEN TIL ET BOOZT, SÅ KOM MED PÅ HOLDDET HVOR VI SÆTTER FOKUS PÅ SUND MAD OG EFFEKTIV TRÆNING

Ved hjælp af et personligt træningsprogram og en personlig kostplan, vil du hurtigt mærke forandring i form af **vægttab, bedre kondition, større muskelstyrke og mere energi.**

Kom med på holdet, - vi starter d. 30. august kl. 18.

Vi mødes 5 gange(hver anden torsdag i 10 uger).

DU FÅR: Personlig kostvejledning og kostplan. Personligt træningsprogram.

5 x kropsanalyse og opfølgning. 5 x oplæg omkring tips og ideer til sund livsstil.

PRIS : kr. 995 + medlemskab af Sport & Fitness Vildbjerg

Tilmelding senest d.27. aug. til Sport & Fitness Vildbjerg eller

Kostvejleder Marianne Bjørn, marianne@vildbjerg.dk

Yderligere info: kontakt Marianne på 40305490 eller marianne@vildbjerg.dk