



Nyhetsbrev Juni

Dags för "SOMMARLOV"!

Lika skönt som det är när man kommer tillbaka till rutinerna,
lika gött är det när man har allt det "fria" framför sig.

Mindre måsten och tider att passa – det ser jag fram emot nu ♥

Det är då som lust, kreativitet och energi laddas upp hos mig.
Lagom på topp tills vi ses igen i höst!

I SOMMAR

Under juni/juli/augusti kommer det finnas tre tränings-träffar.
Välj mellan två olika 45 min pass/datum, ett kl.17.15 & ett kl.18.15
Kostnad: 100kr/pass, dubbelpass samma kväll 150kr
(betalas via swish i förväg eller på plats)

15/6 - CORE Styrka* & Cirkel-Tabata - utomhus (kondition)

13/7 - CORE Styrka* & Aerobic* - *fåtal platser kvar!*

10/8 - CORE Styrka* & Cirkelfys – utomhus (kondition&styrka)

* max 10-15 platser inomhus.

Reservation för ändringar i upplägget.

**Boka dig via mail, avboka senast kl. 12 dagen innan.
Just nu är CORE-Styrka fullsatt 15/6 och 13/7, reservplatser finns.**

VÄLKOMMEN!



Kontakt:

Mobil: 0708-893807

Swishnummer: 123 106 41 38

Mail: sofia@fiainspirerartilltraning.se

Hemsida: www.fiainspirerartilltraning.se

Instagram/FB: @fiainspirerartilltraning