



Nyhetsbrev November

Börjar med att påminna oss allihop om att hålla *god handhygien* samt att *hålla avstånd* till varandra - speciellt i bytena mellan passen. Om vi hjälps åt och är noggranna så kan vi träna vidare tillsammans och på så sätt hålla oss friska och starka hela hösten!

Dags att fira 2-åringen ♥

Fia Inspirerar till Träning
firar födelsedag
den 5 november!



Under hela vecka 45 kommer alla som tränar/har tränat hos mig att kunna boka vårens kurser med **20% rabatt om du bokar dig till 2 pass eller fler!**

**Våren startar v.2
med detta schema*:**

Måndagar:

17.15 Cirkelfys

18.30 CORE-Styrka

Onsdagar:

16.45 Tabata Kondition

17.30: CORE-Styrka

18.15: Fia's Aerobic

Fredagar:

06.30 CORE-Morgon

* med reservation för ändringar

Anmäl dig så här:

Fyll i listorna på plats eller maila in din anmälan under hela vecka 45 - först till kvarn på platserna!

Anmälan blir bindande
när bokningsbekräftelsen
skickats ut den 1/12.
Fakturan skickas ut i januari 2021.



Vi har nu kört tillsammans på Drömmar i 2 år!

Till er på träningsgolvet:

TACK för att ni kommer!

Er sköna energi smittar av sig och jag ser ALLTID fram emot att träffas - varje pass och vecka efter vecka! Ni gör min dröm möjlig!

KRAMAR till er allihop!

/ Sofia ♥♥♥

Kontakt:

Mobil: 0708-893807

Mail: sofia@fiainspirerarartilltraning.se

Hemsida: www.fiainspirerarartilltraning.se