



# 6 UGERS

SUNDHEDSFORLØB

|

ERRITSØ

IDRÆTSCENTER

## 6 ugers sundhedsforløb:

- 2x test og kroppsanalyse
- 12x holdtræning (enten morgen- eller aftenhold)
- 1x fælles coaching
- 2x30min tema om kost
- programlægning v/ fysioterapeut
- fri træning i centret

førpris ~~2495,-~~

pris ved hurtig  
tilmelding

kun **995,-**

min. 4  
deltagere  
max 10  
deltagere

**Holdstart:**  
**Mandag d. 22. oktober 2018**



Morgenhold: mandag og onsdag  
kl. 06:10

Aftenhold:  
mandag kl. 17.00  
onsdag kl. 18.10

## Hvorfor 6 ugers træning?

- Kom i bedre form
- Få mere energi og overskud i hverdagen
- Kickstart din sundere livsstil

**INFO-AFTEN:**  
**torsdag d. 11/10-2018 kl 19:30**  
**i caféen**



For yderligere  
information  
og tilmelding  
kontakt:  
[eicfitnes@gmail.com](mailto:eicfitnes@gmail.com)