



TRAINER4YOU
VALMENNUS



Hanki itsellesi tai ystäväsi/puolisosi kanssa yhdessä Treenari kesäksi mahtavaan etuhintaan!

Valmennuksen sisältö: Kunto- ja terveystesti sekä Kehon ikä -kuntokartoitus alussa. Tarpeita ja tavoitteita palvelevat valmennustapaamiset (esim. lihaskunto, kestävyys, liikkuvuus, ravinto). Yhteensä 5 valmennustapaamista Trainer4You personal trainerin kanssa, yhden valmennustapaamisen keskimääräinen kesto 1-1,5h. Kirjalliset harjoitusohjelmat.

Valmennuksen kesto: 1-3 kuukautta, laskutusjakso 3kk.

Hinta:

- Parivalmennus 2 henk. 99€/hlö/kk, yht. 297€ (ovh. 150€/kk, yht. 450€)
- Valmennustapaamiset toteutetaan pareittain.
- Yksilövalmennus: 120€/kk, yht. 360€ (ovh. 150€/kk, yht. 450€)

Huom:

Etuhintaa voimassa kesä- heinä- elokuun 2010. Kaikki valmennustapaamiset tulee käyttää 1.6-31.8 välisenä aikana. Etuhinta vain Liikuntakeskus Hukan jäsenille!

**Yhteydenotot
ja lisätiedot:**

Trainer4You Oy, Anu Junnila
p. 040 5939 330
anu.junnila@trainer4you.fi / info@trainer4you.fi
www.trainer4you.fi

TRAINER4YOU
www.trainer4you.fi



HUKKA
Enemmän elämää.