



Var?

Sunlight House: Hotell, Konferens, Gym & Spa (sunlight.se)

När?

Fredagsmorgnar: 22 augusti t.o.m. 5 december
16 tillfällen, 16 veckor i sträck.

Missade träningstillfällen kan tas igen om max 5 ggr inom 10 dagar efter avslutad termin i form av gruppträningspass, egen kondition- eller styrketräning i gymmet, eller simning.

Hur?

Vi ses ett morgonpiggt gäng för en härlig start på fredagen.

Startklara kl. 06:30 för 60 min morgonträning som inkluderar allt såsom kondition-, funktionell styrka och rörlighetsträning.

Därefter en stunds avkoppling i bastu eller bubbelpool eller kanske några simtag i bassängen för den som önskar, för att slutligen äta en välförtjänt hotellfrukost tillsammans.

Kostnad?

4944 kr exkl. moms/pers.

Som morgonklubbare har du bästa timpris vid ett köp av hälsocoachning och personlig träning hos Fia under pågående termin samt:

10% rabatt på Kraft- & Hälsa sortimentet

10% rabatt på behandlingar hos Performa Rehab

20% rabatt på träningskort (Sunlights Guldpaket)

Anmälan?

Gör din anmälan redan idag: fia@krafthalsa.se (anmälan är bindande)

Begränsat antal platser!

Full fart framåt med **Coach-Fia**