

Säker start i gymmet

Vill du ha extra hjälp att komma igång med din träning i gymmet på ett tryggt och säkert sätt? Med det här paketet ser vi till att du förutom den kostnadsfria introduktionen får ett individuellt anpassat träningsprogram, hjälp med utförandet de första gångerna och uppföljning efter ett tag för att kolla att du är på rätt väg.

Grundpaket: 1 individuellt anpassat startprogram
1 introduktionstillfälle ca 60 min
1 handledd träning ca 45 min
1 uppföljningsträff ca 30 min

Kostnad: 400 kr

Tillval: Ytterligare träningstillfällen med handledning: 200 kr/30 min

När du bokar paketet "Säker start" får du dessutom 10% rabatt på ditt första träningskort!

