

Datum:

Hälsocenter

BODY NUTRITION

I samarbete med

ANNAS KOST OCH HÄLSA
CERTIFIERAD KOSTRÅDGIVARE

VIKTGRUPPER

KOM I FORM MED OSS!

VÄLJ MELLAN 6 ELLER 10 VECKORS PROGRAM

Varje program innehåller:

- 1,5h träff varje vecka
- Invägning varje vecka med Tanita våg
 - 45 min träning varje tillfälle
- 45 min föreläsning/information/diskussion om kost och hälsa
 - Träningssupplägg utöver gemensam träning
 - Nya utmaningar varje vecka gällande träningen
 - Kostprogram
 - En extern föreläsare

WWW.

För bokning eller mer info besök vår hemsida www.bodynutrition.se