

Kick start 2013!



Yksilövalmennus

- Kesto väh. 2kk
- Sisältää harjoitusohjelman ja ohjauksen
- Yhteistreeni 2vko välein
- FMS liiketestaus
- Ravintoneuvonta
- Lihashuolto ja palautuminen
- Hinta sisältää foam rollerin
- Hinta 185€/kk

Etävalmennus

- Kesto väh. 2kk
- Yksilöity harjoitusohjelma ja liikkeiden opastus
- Seuranta sähköpostitse ja/tai puhelimitse
- Infopaketti ravinnosta
- Lihashuolto ja palautuminen
- Mahdollisuus ostaa foam roller 25% alennuksella
- Hinta 150€/kk

**Ilmoittautuminen 6.1.2013
mennessä!**

**www.super-sets.com
jukka.maennena@gmail.com**

