

2 BUKSESTØRRELSER NED

-superenkel måte å komme i form på

Våren 2012 og høsten 2012 kjørte vi på med «prosjekt 2 buksestørrelser ned», med stor suksess.

Oppstart mandag 21. januar 2013
16.30: 30 min fellessamling før trening
17.00-18.00: Trening-motivasjon

6 ukers kurs fra og med 21. januar 2013:
Trening + måling og veiing + kostveiledning/samtaler (ved behov).

Samtaler, måling, veiing og kostveiledning i regi av Britt May Hollås
Trening, motivasjon, måling og veiing i regi av Ann Kristin Bruset

Kursavgift:
Medlemmer STV kr. 1500,-
Ikke-medlemmer kr. 1900,-

Påmelding pr. telefon: 93067072 eller e-post: velvaere@svorka.net
(Obs! Bindende påmelding)

Kun 10 plasser.

