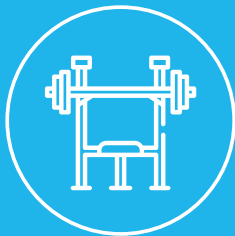


Livsstil 2.0

Få tilrettelagt trening og kosthold etter dine ønsker og forutsetninger.

Vi gjennomfører en kartlegging av fysisk kapasitet og tar opp ernæringsstatus. Basert på resultatene og dine mål utarbeider vi et individuelt tilpasset program for deg. Vi tar en statusrapport og tilpasser programmet med noen ukers mellomrom.



3 timer

MED PERSONLIG TRENER



2 timer

MED ERNÆRINGSFYSIOLOG

**TILPASSEDE TRENINGSPROGRAM
TILPASSET KOSTHOLDSPLAN
PERSONLIG OPPFØLGING
TILPASSEDE MÅL**

Livsstil 2.0 KUN 4.950KR