

Träna på jobbet

Spring med kollegorna under professionell coaching



Spring i grupp med kollegorna under ledning av erfaren löpcoach från Aktivitus. Lär in grunderna i skonsam löpning med effektiv teknik för ökad glädje och förbättrat resultat.

Aktivitus är ett koncept kring träning och hälsa där våra testkliniker står i centrum. Vi effektiviserar träning genom rådgivning, träningsplanering, olika fysiologiska tester, teknikanalyser och individuell PT eller träning i grupp.

Bas: Ett föredrag om träning och hälsa + 1 träningstillfälle à 60 min.

Premium: Ett föredrag om träning och hälsa + 5 träningstillfällen à 60 min, 10% rabatt på tester hos Aktivitus.

Premium VIP: Inspirationskickoff med idrottsprofil, ett föredrag om träning och hälsa + 10 träningstillfällen à 60 min. Träningsprogram mot gemensamt mål med feedback, 25 % rabatt på tester hos Aktivitus, Goodiebag från våra partners.

Kontakta oss för kostnadsförslag

Aktivitus AB | Nedre Kaserngården 3 | 415 28 Göteborg | +46 739 031650 | emma@aktivitus.se
www.aktivitus.se | Orgnr: 556878-2238 | Bankgiro: 742-1282