LAJIVALMENNUS

Valmentaja ottaa huomioon tasosi, olitpa sitten kokenut konkari tai ensikertalainen. Ammattitaitoisuus, kehitys, hauskuus ja oppimisen ilo ovat toiminnan lähtökohtia.

60 – 75 min.

58€/kerta

2 kertaa 89,90€

3 kertaa / kk 119,90€

sinnasport

SINNASPORT LAJIVALMENNUS

Sinnasportin valmennuksissa voit tutustua erilaisiin lajeihin valmentajan opastuksella. Sinnasport tarjoaa **hiihto, juoksu, uinti, pyöräily sekä rullahiihto yms**. valmennusta. Valmentajanasi toimii aktiiviurheilija, jolla on pitkä kokemus yleisurheilusta, jalkapallosta, maastojuoksusta sekä hiihdosta. Lisäksi valmentajasi on perehtynyt uintitekniikoihin sekä pyöräilyyn ja lapsen kanssa harrastamiseen.

Opi liikkumaan tehokkaasti ja oikeilla tekniikoilla. Onko tavoitteenasi jokin kilpailu tai marathon? Haluatko kuntoilla hyvällä fiiliksellä? Eikö olisi helppoa, että joku muu suunnittelisi treenisi puolestasi? Me autamme sinua tavoitteissasi ja varmistamme maaliviivan ylityksen. Voit myös yhdistää tämän palvelun Personal trainingiin.

SINNASPORT

PERSONAL TRAINING JA RYHMÄ-, RAVITSEMUS-, KUNTOUTUS- JA LAJIVALMENNUS

Palvelut saatavilla pääkaupunkiseudulla sekä Turun, Raision ja Naantalin seuduilla.

www.sinnasport.com
www.facebook.com/sinnasport
Email. sinnasport85@gmail.com
Puh. 040 719 7648