

RYHMÄ TRAINING

Ryhmässä treenaaminen on tehokas tapa saada tuloksia ja säilyttää motivaatio. Etenkin painon pudotuksessa ja kiinteytymisessä muilta saatu tuki on todella tärkeää.

29,99€ / henkilö / kerta

129,99€ / henkilö / 5 kertaa

199,99€ / henkilö / 10 kertaa



SINNASPORT RYHMÄ TRAINING

Personal training on paljon muutakin kuin kuntosaliopastusta. Harjoittele yksilöllisesti ja tehokkaasti sekä pidä hauskaa ryhmässä tai kaverin kanssa. Ryhmä ovat 2-6 hlö ryhmiä.

Sinnasportin ryhmä training sisältää monipuolisen harjoittelun sekä ravitsemuksen suunnittelun omien tavoitteidesi mukaan. Tapaamiset sovitaan ryhmäläisten kanssa joustavasti.

Tähdätään yhdessä pitkäaikaiseen ja kestävään kehitykseen ja tuetaan sekä kannustetaan toisiamme.

SINNASPORT

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

Palvelut saatavilla pääkaupunkiseudulla sekä Turun, Raision ja Naantalın seuduilla

www.sinnasport.com

www.facebook.com/sinnasport

Email. sinnasport85@gmail.com

Puh. 0407197648