

Företag med intresse för ett aktivt hälsoarbete är välkomna till

HÄLSOUTMANING

”Hur underhåller jag min kropp”

Hälsoprofilövning med Mikael Röhste
från Bosön företaget Akazia Productions
och
en lättare lunchmåltid

Kalmar Tennisklubb 21 april klockan 08.30- 12.00

Vi vill erbjuda företagen i Kalmar med omnejd en kul aktivitet som ger alla deltagare möjlighet fånga sin hälsoprofil när det gäller kondition och styrka!

Mikael Röhste har tillsammans med personal från Riksidrottsförbundets anläggning Bosön tagit fram en Hälsoprofil övning som bygger på IOK:s modell för elitidrottsmän men omvandlat för normalmotionären. Varje deltagare får efter genomförda övningar en egen hälsoprofil, med råd om lämplig motion samt en hälsopinne med instruktioner.

Välkommen till Kalmar Tennisklubb!

Anders Lareke
VD, Hälsvisionärerna

Ps. Läs mer om oss på www.halsovisionarerna.se

Vad ingår: Personlig hälsoprofil, Hälsopinne med träningsprogram, lättare lunchmåltid.

Var: Kalmar Tennisklubb. Medtag träningskläder, tränings skor och handduk.

Anmälan: Senast den 21 mars via e-post till info@halsovisionarerna.se, 0480-47 62 71.

Kostnad: 990 kr/person.

Ange personnamn, företag/organisation samt kontaktuppgifter.

Hälsovisionärerna är ett kunskapsföretag inom hälsa som hjälper företag med att jobba förebyggande med hälsa som involverar hela personalen. Vi levererar inspiration och motivation utan pekpinnar.