



HEI KLUBILAINEN!

Kuntoklubisi osallistuu järjestäjänä Suomen suurimpaan liikuntaan ja ravintoon perustuviin kursseihin, joihin olennaisesti kuuluu myös kilpailu.

FINNBODY ALOITTAU NYT PARAS PUDOTTAJA KILPAILUN, missä on MAHTAVAT PALKINNOT!

VOITTAJAT LÄHETÄMME VUOKOKSI ETELÄÄN harjoittelemaan ja heille seuraksi arvomme kurseille osallistuneita mukaan. Etelän harjoitusleirille voi siis päästä, vaikka olisikin ollut vain mukana ryhmissä. Lisäksi jaamme muita palkintoja arvannon perusteella kaikkien osallistuneiden kesken.

PARAS PUDOTTAJA KURSSIN SISÄLTÖ

Tällä kurssilla paino putoaa, opitaan terveellistä ruokailua sekä harjoitellaan oikein ja tehokkaasti. Hapenottokyky paranee, samoin kuin lihasvoimataso.

Oma-mentajan johdolla kuntoillaan 8 viikkoa ja muutetaan ruokatuotumatukset terveellisiksi.

Lopuksi harjoitellaan vielä 4 viikkoa omatoimisesti, minkä jälkeen saadaan koko kurssin lopulliset tulokset.

Kurssilla tarkastetaan ja mitataan paino, painoindeksi, rasvaprosentti, myös sisäelinten rasvaprosentti, lepoaineenvaihdunta, vyötärö-/lantiomittaukset.

Odotamme kilpailuun jopa 1.000 osallistujaa ja useita palkintojen saajia. Mukana on kahdeksan paikkakuntaa, lähes 50 oma-mentajaa ja 15 liikuntakeskusta.

Lisätiedot ja kurssiajat löytyvät kotisivulta
<http://www.finnbody.com/paraspudottaja>

TEHDÄÄN TÄSTÄ YHDESSÄ SUOMEN SUURIN LIIKUNNALLINEN LAIHUTUSKEVÄT

Kisaan voi osallistua yksin tai koota ryhmän esim. ystäväistä tai työkavereista.

Ota siis haaste vastaan ja välitä viestiä työpaikallasi niin, että työntajasi innostuisi panostamaan henkilökunnan kuntoiluun kisassa Parhaasta Pudottajasta tai pudottajaryhmästä tulevan kevään aikana.

Ryhmään kuuluu aina vähintään 5 henkilöä ja enintään 15 henkilöä.

Hinta: Klubilaiselta 90 euroa. Muilta 270 euroa/henkilö, S-Etukortilla 250 euroa.
Infotilaisuus Järjestämme maksuttomia infotilaisuuksia ennen kurssien alkua. Katso ajat
<http://www.finnbody.com/paraspudottaja/infotilaisuus>
Tilaisuuteen osallistuminen ei velvoita osallistumaan kilpailuun.

Ilmoittautuminen <http://www.finnbody.com/paraspudottaja/ilmoittautuminen>



FINNBODY

