



BOX & FIT



yhdessä Kiuruveden Urheilijoiden kanssa järjestää liikunnallisen viikonlopun:

Fit Camp

Kiuruvedellä 13.-15.1.2012

SISÄLIIKUNTAA - monipuolisia harjoitteita mm. lihaskuntoharjoittelua kahvakuulalla ja oman kehon painolla

TOIMINNALLISTA ULKOLIIKUNTAA - mahdollisuus haastaa itsesi kunnolla

VESILIIKUNTAA

sekä mukavaa yhdessä oloa!

Ilmoittautuminen 21.12.2011 mennessä
info@boxfitry.com tai Sanni / p. 0400 417 445

Koko viikonloppu 90 euroa / hlö Box&Fit Ryn sekä Kiuruveden Urheilijoiden jäseniltä, 100 eur /hlö muilta. Hinta sisältää majoituksen, ruokailut, luennon (aihe: ravinto & liikunta) sekä ohjatun liikunnan

Vain lauantai 60 euroa / hlö Box&Fit Ryn sekä Kiuruveden Urheilijoiden jäseniltä, 65 eur /hlö muilta. Hinta sisältää lounaan, välipalan ja päivällisen, luennon (aihe: ravinto & liikunta) sekä ohjatun liikunnan



Yhteistyössä:

