



FÖRETAGSTRÄNING

med

SANDRA ERIKSSON



Sandra kommer till ert företag och erbjuder löpträning med er personal. Träningarna anpassas efter behov, antal deltagare och nivå. Olika grupper är möjligt - alla är välkomna!

Upplägg



Inspiration, motivation och gemenskap med kollegorna.



Träning i anslutning till arbetet eller på lunchen.



Tips och teknik för både nybörjare och vana löpare.

Ge er personal en inspirerande start på sommaren genom att erbjuda löpträning som en del i ert arbete med friskvård.

/ En träning per vecka. Valfritt antal deltagare.

/ 5 st träningspass. 60 minuter per gång.

/ Totalpris: 500 € ex moms

Upplägget gäller ett begränsat antal företag.

1. Kontakta Sandra och visa ert intresse
2. Bestäm veckodag och tid för träningarna
3. Informera och bjud in era anställda
4. Delta - och dela i era sociala medier

E-post:

sandra.e89@gmail.com

Jakobstad | Nykarleby | Pedersöre | Larsmo

Sandra Eriksson

WhatsApp: 044 264 51 66