

# Friskare företagare

- Vi vänder oss till dig som känner att **nu är det dags** – oavsett om du tränat innan eller inte.
- Vilka **träningsformer** finns och vad passar mig? Vad kan jag göra för att **minska stressnivån**?
- **Träna och relaxa** tillsammans med företagarkompisar, sex gånger – en timme varje torsdag morgon.
- Utöver bättre **välbefinnande** hittar du kanske även möjlighet att **göra affärer**.

Lyxigt prova-på-erbjudande. Unna dig själv en bra start på det nya året. Tillsammans med tre friskvårdsföretag kan vi nu erbjuda sex tillfällen för träning och välbefinnande för endast 695 kr\*.

Endast  
**695 kr\***  
6 gånger

\*Gäller medlemmar i Företagarna, 995 kr för övriga

## Må Bättre

**Ett pass med Easy Line** – enkel cirkelträning som ökar kondition och styrka, perfekt för nybörjare men även väldigt bra träning för dig som tränat tidigare.

**Varmvattenmassage** – en ljuvlig massageform där du med kläderna på ligger på en varmvattenbädd och själv kan styra var du vill bli behandlad.



**Iyengaryogapass** – ett nybörjarpass i Iyengaryoga med kvalificerad ledare.

## Spa & Sport Grand Spa & Sport

**Spinningpass** – träning på cykel till härlig musik och med entusiastisk ledare

**Vattengympapass** – en träningsform som passar alla oavsett kroppsform, eventuell smärta eller träningserfarenhet.

**Avslutningen** kommer att innefatta en del av SPA-behandling på Grand Spa & Sport där du själv kan lägga till om du vill bjuda dig själv på mer välbefinnande.

\* Priset 695 kr gäller sex träningstillfällen för medlemmar i Företagarna. För övriga är priset 995 kr.

## Satsa på en gladare och friskare kropp i vår

Datum	16/2 Må bättre 23/2 Grand Spa & Sport 1/3 Yogahuset 8/3 Grand Spa & Sport samtliga dagar 8.30–9.30. Vattenmassagen bokar du när det finns tillfälle och avslutande SPA-behandling kommer att ske sen eftermiddag/kvällstid.
Kostnad	695 kr för medlemmar i företagarna, 995 kr för övriga
Anmälan till	dalarna@foretagarna.se eller 023-70 59 96. Först till kvarn gäller.
Anmälan senast	13 februari 2012

Välkomna!