

JORVIN HENKILÖSTÖYHDISTYKSEN JÄSENILLE

KUNTONYRKKELY

Haluatko päästä eroon selkä-, niska-, hartiasseudun vaivoista ja saada vatsalihaksesi kuntoon, ammattilaisen opastuksella. Kaikki treenaavat oman kunnon mukaan.

Tiistaisin alkaen 3.9.2024 klo:15.30-17.00 Jorvin väestönsuojassa.

Alkuun pääset yhdistyksen hanskoilla. Mikäli innostut, kannattaa hankkia omat käsisiteet ja hanskat.

Asusteeksi sisäpelikengät ja kevyet sisäurheiluvaatteet. Laji sopii niin naisille kuin miehillekin. Sopii myös vasta-alkajille.

Tervetuloa uudet ja vanhat kuntonyrkkeilijät!

yhdyshenkilö Anna Oksanen p.82220 tai sähköpostilla

Ilmoittauduthan joka treeneihin:
jorvinkuntonyrkkeily.nimenhuuto.com



