



#MINÄ VOIN KOHENTAA KUNTOANI

muutoksen kautta kestäväälle pohjalle

Henkilökohtainen kunnonkohotuspaketti, joka sisältää

- ✓ Fysioterapeutin tapaamisen (liikuntakartoitus, hengitys- ja verenkiertoelimistön kuntoa mittaava testi, Fitware polkupyöräergometritesti tai 2km kävelytesti).
- ✓ Lihaskunto- ja liikkuvuustestit (UKK-terveyskuntotestit soveltuvin osin)
- ✓ Henkilökohtaisen kotiharjoitusohjelman
- ✓ Ravitsemusterapeutin tapaamisen
- ✓ Lounaan Ravintola Porrassalmessa
- ✓ Seurantatapaamisen (ajankohta sopimuksen mukaan), sisältäen alkutestaukset ja jatko-ohjeet ja henkilökohtaisen valmentajan yhteydenpidon

Kunnonkohotuspaketin hinta: 140 €

Peruspaketin lisäksi superedut kun ostat kunnonkohotuspaketin 30.6.2017 mennessä!

- ✓ Kehon koostumusmittaus (Inbody) 5 €
- ✓ kehonpainoharjoittelu 25 €
- ✓ Kuntosaliohjelma 25 €
- ✓ Kuntosalikortti (15 kertaa + 1 ilmainen kerta) 90 €

Tiedustelut ja varaukset:

Puh: 015 203 3343 / ajanvaraus@kyyhkyla.fi

Kyyhkylän Kuntoutuskeskus, Kyyhkyläntie 9, 50700 Mikkeli