

Gymstick puistojumppa

Tehokas ja paljon työkaluja antava tunti. Tässä puistojumpassa tehdään 4eventin hyvinvointivalmentajan opastuksella tehokas gymstick –harjoitus, jossa perehdytään myös yleisimpiin TULES –vaivojen ehkäisyyn lihaskunnon ja venyttelyn avulla. Ohjelman voi tilata vaikkapa työpaikan pihamaalle. Gymstick on mahdollista ostaa ohjelmaan osallistumisen jälkeen myös omaksi hintaan 39€ (ovh 59€).

Ohjelman hinta sisältää ohjelman suunnittelun ryhmän taso ja toiveet huomioiden, toteutuksen Lahden alueella max. 30 min ajomatkan päässä Lahden keskustasta. Kauempana oleviin kohteisiin lisätään ohjaajan ja välineiden siirtokulut.

Ohjaus alkaen 6 hlöön asti 250€, lisähenkilöt 20€ / hlö + alv 10%

Gymstickin hankkiminen ohjelman ohessa omaksi 39€ sis. alv (ovh 59€)

Varaa oma ohjelmasi 4event myyntipalvelusta

4event@4event.fi 0207 291 871