



Personlig träning på dagtid.

Välkommen att börja träna med mig. Jag arbetar alltid med fokus på dig och ditt mål med träningen. Kanske vill du träna för att hålla dig frisk och skadefri. Du kanske tränar för ett lopp eller en tävling.

Jag ger dig motivation och utmaning. Träningen kan förhoppningsvis leda till en hållbar förändring av din livsstil. En förändring som ger dig mer energi, gör dig friskare och piggare.

Välkommen att höra av dig och berätta vad du har för mål och önskemål så plockar jag fram ett förslag på hur vi går vidare.

Hör av dig till receptionen så förmedlar de kontakt.

Jonas Arnqvist, Klassisk Sport. www.klassisksport.se