



Coaching by Movement

Hälsa är inte bara träning, men träning är en del av hälsan

Anledningen till att saker inte blir gjorda är att de inre hinderna är större än de yttre.

Vilja är lätt, planera är svårare, genomföra är svårast!

Eftersom hälsa innefattar både din kropp, din tankar och dina känslor, finns **Coaching by Movement** för dig.

Det här är både för dig som har funderat på träning, men aldrig riktigt gett det en chans, och för dig som har tränat tidigare men haft ett längre uppehåll.

Det här är för dig med alla "borde och måste" tankar som bara cirkulerar runt i huvudet.

Det här är för dig som vill ge både kroppen och hjärnan en chans att minska stressen i vardagen.

Det här är för dig som vill må bättre!

Börja det nya året med en hälsosam vana - Erbjudande t.o.m. 9 januari 2015:

Tre gånger för 2125kr (inkl moms)

Finns även som presentkort. Perfekt till någon du vill ska lyckas!

Kontakta mig snarast på

henrik.wallin@forcestudio.se eller **0708-40 41 47**