



NU  
OGSÅ FOR TO  
PERSONER  
SAMMEN

# PERSONLIG TRÆNING

TIL BYENS BEDSTE PRISER

Hos Fysisk Form tilbyder vi dig personlig træning med en af vores engagerede og dygtige instruktører med fysioterapeutisk baggrund.



- SAVNER DU UDVIKLING I DIN TRÆNING?
- HAR DU MISTET DIN MOTIVATION?
- ØNSKER DU MERE EFFEKT AF DIN TRÆNING?
- HAR DU SMERTER DER SKAL TAGES HENSYN TIL?
- HAR DU SVÆRT VED AT FINDE UD AF ØVELSERNE?
- ØNSKER DU EN TRÆNINGSPARTNER?

# EN PERSONLIG TRÆNER HJÆLPER DIG MED AT NÅ DINE MÅL

Hos Fysisk Form tilbyder vi dig personlig træning med en af vores engagerede og dygtige instruktører.

Alle personlige trænere hos Fysisk Form er fysioterapeutstuderende og er vant til at have med mennesker at gøre.

De har stor viden inden for træningsfysiologi, er rutinerede formidlere og har personlig erfaring med træning.

Få tilknyttet en personlig træner hos Fysisk Form og kom et skridt nærmere dine mål.

## Priser:

3 x 1 time: 1050 kr.

5 x 1 time: 1500 kr.



# PERSONLIG TRÆNING FOR TO PERSONER

Motiverende og personlig træning for to personer – udelukkende tilpasset jeres behov.

I kan have jeres personlige træner i et fast forløb eller blot nogle få gange for at komme rigtigt i gang, få justeret teknik og intensitet, eller få ny inspiration.

Kontakt receptionen for yderligere info.

## Priser:

Hold på 2 personer: 250 kr. per person

Normal pris: 300 kr. per person



Den personlige træning, og de forskellige delmål, har virkelig gjort en stor forskel. Det har været et udfordrende, men professionelt og sjovt forløb, som jeg har været rigtig glad for. Jeg er aldrig mere forpustet og min diabetes er væk.”

Sonny Steen Kristensen, 40 år



**WWW.FYSISKFORM.DK**



VESTERBROGADE 95A | 1620 KØBENHAVN V | TLF: 3331 2220  
LYNEBORGGADE 9 | 2300 KØBENHAVN S | TLF: 3254 1799  
LANDSKRONAGADE 68 | 2100 KØBENHAVN Ø | TLF: 3840 4500