

BodyBow KOULUTUSTA

Bodybow-ohjaajakoulutukset keväällä 2012

Tee sijoitus itseesi

Kouluttaudu Bodybow ohjaajaksi ja hanki itsellesi taito, josta hyödyt myös itse. Voit valita yksittäiskoulutuksen á 70 € / kaaren kanssa 290 € tai kokonaispaketin kolme koulutusta vastaavasti 200 € / 420 €.

- **Varttunut varsi vetreäksi** – ikääntyvien Bodybow-harjoitteet **20.1.2012 klo 14–18**
- **Fitness Bodybow** – ryhmäohjaus kuntosaleilla ja Bodybow urheiluvalmennuksessa **3.2.2012 klo 12–16**
- **Golffarin liikkuvuus ja kehonhallinta** – monipuolinen harjoittelu ja pilates Bodybowlla **20.4.2012 klo 10–13**

Paikka:

Spurtti/Bodybow-keskus, Järvenpää

Ilmoittautumiset:

18.1.2012 mennessä riku.virtanen@bodybow.fi

Kouluttajina Riku Virtanen (fysioterapeutti /Pilates-opettaja), Arto Kojo (OMT-fysioterapeutti) ja Tuire Rinta (Liikunnanohjaaja AMK).

Spurtti Järvenpää: Metallimiehenkatu 2-4 A (2. krs)
(n. 300 m pohjoiseen Järvenpään rautatieasemalta)
Katso www.spurtti.fi / Järvenpää.

Bodybow Oy järjestää koulutusta mm. urheiluseuroille, fysioterapeuteille ja valmentajille. Suunnittelemme jokaiselle ryhmälle koulutusohjelman yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Ota yhteyttä: Arto Kojo puh. 050 355 0550 tai Riku Virtanen puh. 050 549 6620



Tee sijoitus itseesi!

Bodybow on oivallinen harjoitusväline myös kotona.