

**10 ugers  
forløb**



**GJELLERUP SDR.**

- Vi GENTAGER SUCCESSEN

# **FIT CHALLENGE**

## **ENERGI OVERSKUD MOTION & SUNDHED**

### **Vil du have mere energi...**

**FIT Challenge har 1. træning den 31. aug. 20 - kl. 19.00 i Hammerum Gjellerup Hall'n gymnastiksal.**

**Max 22 deltagere. "Først til mølle" - Tilmeld dig nu på: [Gjellerupsdr.dk/gymnastik/hold](http://Gjellerupsdr.dk/gymnastik/hold) samt tilmelding**

*Vil du have mere energi og overskud i hverdagen, spise sundere, tabe dig, starte op med træning eller træne mere?*

*På Fit Challenge får du et forløb på 10 uger med mulighed for at opnå egne mål, hvad enten det er vægttab eller blot at træning bliver en naturlig del af hverdagen.*

*Der bliver start og slut målinger (fortroligt). Ugentlige træninger, kostoplæg, tilbud om ekstra træninger og meget mere. ALLE kan deltage uanset niveau og erfaring med træning.*

**Pris kun kr.: 750,-**

**Vel mødt**

**Gjellerup Sdr.**



**det gør jeg**

