

Lunchträna på Hälsohuset i Timrå!



BellyPower® är skonsam
träning utarbetat för
arbetsplatser.

Tid: tisdagar kl 12.00-12.50

Kostnad prova på 1 gång: 100 kr

Introduktionspris: 800 kr för 10 ggr.

Start: den 1 februari 2011

Anmäl dig hos Annelie Lindeberg:

0611-641 03, eller 070 –320 85 49

Mail: dans@angurvall.se

Ett **tidseffektivt och skonsamt** sätt att komma igång med träningen.

Ta med en kompis, eller hela avdelningen från arbetsplatsen!
Passa på att få en gemensam **teambildande** stund för **rekreation** och upp-
byggnad av både **muskler** och **sinne**.

***BellyPower®** är en kombination av Orientalisk Dans och
Power Yoga, utarbetat av Annelie Lindeberg i samarbete med leg. sjukgymnast
Leif Häggström. **BellyPower®** är **harmonisk träning för kropp och själ**.
Läs mer på hemsidan: www.angurvall.se*

Lunchträningen arrangeras av Angurvall Orientalisk Dans och **ingår inte** i kort på Hälsohuset!