

Personlig träning

Vad är personlig träning?

PT, personlig träning är till för dig som vill ha hjälp att träna optimalt och på ett sätt som passar just Dig! Detta för att du ska slippa lägga tid på träning som inte ger tillräckligt resultat och som inte får dig att nå Dina mål!

Vi hjälper dig att nå dina mål!

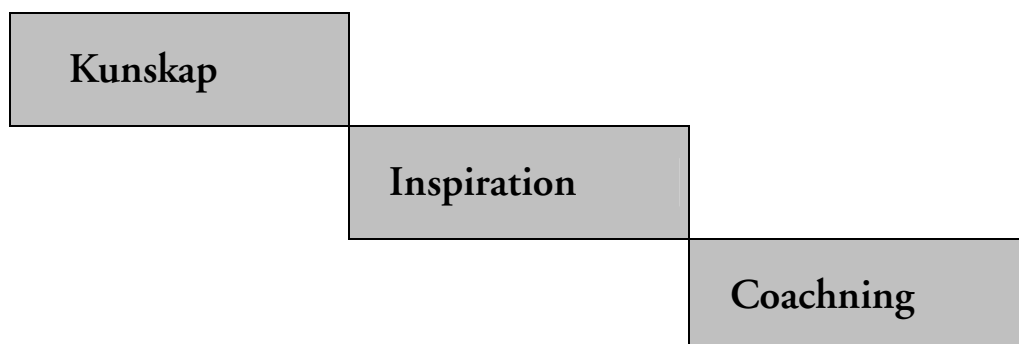
Är du osäker på om du tränar rätt? Vill du ha mer kunskap om träning eller ha någon att diskutera din träning med?

Har du speciella förutsättningar som gör att du inte kan/vill träna utifrån "standard program". Dina hinder kan vara skador, sjukdom eller behöver du satsa på specifik idrottssatsning?

Är du "periodare" när det gäller träning och vill lyckas med kontinuerlig träning som ger ett optimalt resultat?

Behöver du helt enkelt en anledning till för att träna?

Tag hjälp av våra personliga tränare – vi ger dig verktygen att nå målen!



Varmt välkommen till Feelgood!