

6kk Valmennusohjelma PRO

169€

Paikka 10 henkilölle
Tarjolla vain kesäajan

29.4.2024 – 27.10.2024

Tavoitteellisen kestävyysliikkujan treeniohjelma

- Rakenna kuntoa ammattilaisen laatimalla kuukausiohjelmalla
- Taito- ja kuntotason kasvaessa treenien vaativuus kasvaa
- Välillä treenataan kovempaa ja välillä on kevyempi treeniviikko
- Et tarvitse kuntosalia, ohjelma on toteutettavissa myös kotona
- Sopii, jos pystyt käyttämään viikossa 5-20 tuntia aikaa treenaamiseen
- Erittäin hyvä vaihtoehto esimerkiksi hiihtäjälle tai polkujuoksijalle
- Yksittäisen harjoituksen kesto vaihtelee 30min-5h välillä
- Ohjelma mahdollista päivittää 6 kertaa

Vakavissa sairaustapauksissa (lääkärintodistuksella) hyvitetään harjoitusohjelman keskeytyminen jatkamalla harjoitusohjelmaa keskeytysajan verran lokakuun 2024 jälkeen

Tilaa Valmennusohjelma 6kk nyt

- Mene sivustolle: <https://www.varaaheti.fi/hiihtokonsultti>
- Valitse viikko 15 tai 18
- Paina "Varaa" -painiketta
- Kirjaudu sisään / luo käyttäjätili varaaheti-sivustolle:
- Paina "Varaa ja maksa aika"
- Nyt paikka valmennukseen on varattu / maksettu
- Sähköpostiin tulee varaustiedot

Kyselyt

aleksi.harjula(at)hiihtokonsultti.fi

Liikuntaeduilla maksaminen (Smartum, Edenred, ePassi)

- Laita sähköpostilla tiedot:
- Nimi, puhelinnumero sekä sähköpostiosoite
 - Kevyt vai haastavampi ohjelma
 - Siirrä 169€ käyttöpaikkaan Hiihtokonsultti

Laskulla maksaminen

- Laita sähköpostilla tiedot:
- Nimi, puhelinnumero sekä sähköpostiosoite
 - 6kk valmennusohjelma PRO
 - Pyydä lasku