

VALMENNUKSET

PEPPU PIUKAKSI *6kk

Tämä valmennus sopii sinulle, jos haluat takakonttiisi muotoa! Ei mitään turhaa hinkkaamista, vaan kunnon liikkeitä, joilla konttoriin saa muotoa!

-10 KILOA *6kk

Tämä valmennus on sinulle, joka olet valmis pudottamaan painoa niin, että lähtevä massa on rasvaa! Ei siis mitään pikadiettiä, jolla lähtee myös lihassa.

RAVITSEMUS *3/6kk

Tässä valmennuksessa ravinnosta paljon ja kuinka se saadaan sinun arkeesi sovitettua helposti. Mitkä ovat kulmakivet, joiden kanssa pystyt helposti arjessa tekemään terveellisiä valintoja.

LISÄÄ LIHASTA *6kk

No nyt on valmennus, jossa tehdään kunnolla pihviä kroppaan! Ei mitään hifistelyä, vaan kunnon lihaksia kasvattavaa treeniä ja ruokaa! Tässä valmennuksessa saa ja pitää syödä!

WELLNESS *4kk

Yleiseen hyvinvointiin panostava valmennus, jossa käydään läpi kaikki mitkä vaikuttavat hyvinvointiisi ja panostetaan niihin asioihin, joista pidät!

DIAMOND *6kk

Äärimmäisen kova valmennus, jossa panostetaan todelliseen timanttiseen kuntoon! Tähän sinun täytyy sitoutua 100%, koska valmennus on rankka, mutta antaa sinulle todella paljon!

***TÄMÄ PAKETTI ON SAATAVA MYÖS HIERONTOJEN KANSSA!**

ETÄVALMENNUKSET:

39€/kk

69€/kk

99€/kk

LÄHIVALMENNUKSET:

179€/kk

290€/kk

490€/kk

