



Förnyande träning

Reflektionsfrågor:

- Hur tränar du idag?
- Hur ska du göra för att öka kvalitén på din träning?

Inga ursäkter, hälsan är det viktigaste vi har!

Vill ni veta mer kan ni ställa frågor direkt till mig via portalen. Ni kan även boka mig för ett webinarie eller så kan jag komma till er och köra en inspirerande föreläsning och träningspass.

Hitta din nivå och kör tyngre och snabbare,

Lycka till!

//Mattias Sunneborn