

Må väl, med en behaglig rörelseform.

Det är naturligt för kroppen att röra sig, forma figuren utan kirurgiska ingrepp, smärta eller elektrisk muskelstimulans.

DET FÅR VARA LÄTT...

Hela kroppen trimmas med Inch by Inch metoden.



Vi finns här för dig...

- ☘ som har spänningvärk eller övervikt.
- ☘ som är stel i lederna och upplever det tungt att röra dig.
- ☘ som känner stress och har höga prestationskrav.
- ☘ som har något fysiskt funktionshinder och inte klarar av träning med belastning.
- ☘ som inte tycker om idrott med hurtiga och krävande träningspass.
- ☘ Som vill nå positiva resultat utan att anstränga dig.

må väl Hälsokrav ett



HÄR HITTAR DU OSS...

Aschebergsgatan 14 bv. • 254 39 Helsingborg
Tel. 042-12 92 20 • Mob. 070-300 79 76
info@halsokravETT.se • www.halsokravETT.se

Inch by Inch

METODEN SOM TRIMMAR HELA KROPPEN



Motionera utan att svettas
Öka blodcirkulationen utan att anstränga dig
Lindra värk och njut av avslappning

Reducera fett utan att banta
Trimma bort celluliter och överflödigt hull
Driv ut vätskeansamling och slaggprodukter
Öka din energi och rörlighet

" VÄLBEFINNANDE GÖR DIG VACKER "

BOKA DITT PROVPASS NU!!!



777

GÅNGER EFFEKTIVARE!
GÅNGER SKÖNARE!
GÅNGER LÄTTARE!



Ryggmassage

Masserar bort muskelspänningar. Ökar blodcirkulationen, förbättrar hållningen och ger dig en ökad rörlighet.



Stuss- och ländryggmassage

Trimmar stuss och höfter. Stimulerar blodcirkulationen och bryter ner celluliter.

Mag- och ryggträning

Trimmar midja, mage, höfter, lår och stärker ryggmuskulaturen.



Mag- och benträning

Trimmar stuss och höfter. Stimulerar blodcirkulationen och bryter ner celluliter.

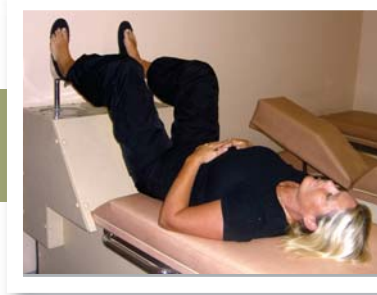
Midjestretching

Stretchar och trimmar mage, lår och ländrygg.



Vibrationsavslappning

Minskar midjemåttet. Stärker mage och ryggmuskulaturen.



Cykelträning

Förbättrar blodcirkulationen. Hjälper kroppen att göra sig av med vätska, slaggprodukter och celluliter.

AUT PÅ
SAMMA GÅNG!

Massage
Rörelser
Mental avslappning



Vi utför individuella program för att nå bästa resultat.

Koppla av och njut!
Vi är med vid alla skiften och startar bänkarna efterhand som du redo.

