

# Angelica

Personlig Träning  
& Hälsa

# MÅBRA

## TRÄNINGSVECKA



Åk med  
Angelica till  
Träningsveckan i  
solen!

OBS! Fåtal platser  
kvar!

play  
itas

Free your mind

Fuerteventura

### Playitas Fuerteventura 13-20 mars 2011

**Vi erbjuder ett unikt tillfälle till  
inspiration, välbefinnande och värme!**

Följ med på en unik resa till Playitas Resort på soliga Fuerteventura. På programmet står massor av gruppträning och spännande aktiviteter, seminarier om kost, träning och viktnedgång, och mycket mer. Alla kan vara med på denna vecka - gammal som ung, större eller mindre, singel eller dubbel! Vi ser fram emot att ge dig den kraft, kunskap och motivation du behöver för att ge dig själv en hälsosammare livsstil och en mer användbar kropp! Deltagande är inget tvång och du bestämmer själv vilka aktiviteter du skall delta på.  
**Välkommen till årets upplevelse!**



**Vi ser fram emot att ge dig den kraft, kunskap och motivation du behöver för att ge dig själv en ny, hälsosammare och mer användbar kropp!**



All  
träning  
sker  
utomhus!

#### Detta ingår:

- Massor av rolig och effektiv gruppträning (välj mellan fler än 130 klasser)
- Seminarier & workshops
- Fritt tillträde till Gym
- Sporter och aktiviteter och tillgång till golf
- Morgonyoga & Qigong
- Kvällsaktiviteter som Welcome party, Latin-night mm
- Äventyrsvandring, beachvolley mm

#### Priser

Resa, boende och aktiviteter & träning	9098kr
Personlig träning under veckan med Angelica	1950kr
Transfer	170kr
Havsutsikt	340kr
Mat på flyget	160kr
Middagar	840kr
Reseförsäkring	230kr



**Angelica Schäfer** Utbildad

Friskvårdskonstlärare, Lic.

Personligtränare och

Lic.gruppträningsinstruktör.

Angelica har arbetat i branschen i drygt 10 år och driver sedan ett år tillbaka eget företag. Angelicas breda erfarenhet och personliga engagemang inspirerar dej till effektiv och rolig träning, samt får dej att vilja välja en sundare och gladare livsstil.

**Anmäl Dig på**

**[www.aerobicweekends.com/playitas](http://www.aerobicweekends.com/playitas) eller  
ring 016-148055 eller 070-3322446**

