

ARWEN torna Budapesten kívül

Az előző évek tapasztalatai alapján, önszerveződő körök

– saját igényeiknek megfelelően –

tudják „lehívni” az ARWEN tornát szombatonként, a különböző magyarországi településekre. Minimum 8 fő jelentkezése esetén szervezem meg az órát. Érdeklődni és jelentkezni e-mailben (arwentorna@gmail.com) vagy telefonon (+36/30-3544126) lehet. A 120 (-180) perces óra tandíja a létszámtól függően kb. 12 ezer Ft/fő.

Sikeres szervezés esetén regisztrálni
a tandíj teljes összegével vagy részletének átutalásával lehet.

A speciális óra tartalmazza:

- 120 percben az ARWEN torna gyógy- és mozgásterápia gyakorlását,
- a gyakorlatok kivitelezése alatt a résztvevők egyéni kontrollját és óra alatti javítását,
- valamint a 120 perces mozgásóra után + 60 percben csoportos étkezési konzultációt,
- az írásban leadott kérdőívekre történő írásos választ és
- az írásban leadott étkezési naplók javítását, valamint javítás megküldését a résztvevőknek.

(A szükséges terem méret minimum 60 m² (fejenként kb. 6 m²), sportlinóleumos vagy parkettás, hajópadlós aljzattal.)