



YOGA

Kan skonsamt och effektivt förbättra; rörlighet, styrka, balans, stresshantering, koncentration och fokus, kroppskänedom, ämnesomsättning, immunförsvar, välbefinnande och allmänhälsa.

Företagshälsan i etablerat samarbete med

Yoga & Näringscenter Jönköping

Syftet med Företagsyoga är att erbjuda en aktivitet som kan öka såväl välmående hos enskild deltagare som gemenskap och hälsotänk på hela arbetsplatsen.

Målet är att yogans positiva effekt hos de anställda skall skapa positiv avspegling hos varje företag.

Företagsyoga på Er arbetsplats

- 15 tillfällen, start i januari 2012
- 20-25 deltagare/tillfälle
- 140 kr/deltagare och tillfälle
- Debitering min 2 000kr/tillfälle
- Introduktionserbjudande med Yogamattor inkluderade.



Varmt välkomna!

För mer information samt bokning av kurs ber vi er kontakta Petter Larsson på Yoga & Näringscenter, telefon 036-184950, e-post: petter@ycj.se