



TYKY-PÄIVÄT & TAPAHTUMIA KAIKILLE TILAISUUKSILLE

Yrityksille,
organisaatioille ja
yksityishenkilöille



Your Coach

WELLNESS & COACHING

ONNISTUNUT TAPAHTUMA EI TAPAHDU ITSESTÄÄN !

Inspiroiva sisältö, sujuvat järjestelyt ja mukava ilmapiiri!

YourCoach on henkilökohtainen yritys, joka tarjoaa valmiit kokonaiskonseptit tai räätälöityneet elämykset. Kokemuksen ja osaamisen ansioista laadimme ikimuistoiset elämykset yrityksille, organisaatioille ja yksityishenkilöille.

Jatka selaamista nähdäksesi, miten voimme auttaa teitä.
Onko teillä omia ideoita? Olette lämpimästi tervetulleita ottamaan yhteyttä meihin!

**Varaa yksi valmiista paketeistamme
tai räätälöi oma päiväsi!**

se

**Työskentelemme koko Suomessa -
valitse sopiva paikka tapahtumalle
tai pyydä meitä suosittelemaan
tarkoituksenmukaisia paikkoja
toivotulla alueella.**

Yhteystietoja:

Carin Backman

Anna Nordmyr

045-1263422

carin@yourcoach.fi

050-3864481

anna@yourcoach.fi

www.yourcoach.fi

RÄÄTÄLÖI OMA VOI HYVIN -PÄIVÄSI

Valitse joku luennoistamme ja aktiviteetteistamme
ja laita yhteen oma ohjelmasi

Luennon otsikoita

Motivaatiota liikuntaan

Kommunikaatiota – maailman helpoin ja
vaikein aihe

Työniloa

Kestävät tiimit

Konfliktien hallinta – kuinka hyvä olet
siinä?

Oma ehdotus teemasta luennoille? Ei
häätä! Ottakaa yhteyttä niin räätälöimme
otsikon juuri teille!

Aktiviteettejä

Boxercise

Vaellus

Juoksukoulu

Voimaharjoittelu

Hiihtokoulu

Porrastreeni

Kuntopiiri

Rentoutuminen

Putkirullaus/foamrolling

Syvävenyttely

Sauvakävely

HIIT

Yleisurheiluharjoittelu

Pallopelit

Jooga

Suosittelava aikavaraus:
Kaikkea yksittäisestä
luentotunnista kokonaiseen
päivään

Suosittelu ryhmän koko:
Rajaton

