



**CROSSFIT
LIFEBOX**



TESTA CROSSFIT MED COMPIS!

Kom och testa en rolig, motiverande, och utvecklande träning tillsammans med Compis. CrossFit handlar om konstant varierad funktionell träning som utförs under hög intensitet. Tyngdlyftning, uthållighetsträning, gymnastik och rörlighetsträning mixas. Helt utifrån din egen förmåga!

Träningen tar dig ur din komfortzon, ger resultat, är utmanande och beroende-framkallande. Välkommen att anmäla dig och dina kollegor!

När: Torsdag den 23 november, kl. 19.30 - 20.30

Plats: CrossFit LifeBox, Tjärngatan 18 Tormestad/Lamberget i Karlstad
(i samma lokaler som ACTIC Lamberget)

Först till kvarn, antalet platser är begränsade!

Anmälan

Anmäl dig via kalendern på compare.se

(passet är kostnadsfritt men vi kommer att ta ut en no-show avgift om 100 kr).

