AJÁNDÉKKÁRTYA · KARÁCSONY 2026

Core-stabilizáló és gátizomtorna Anettal

- 4 részes videós torna gyógytornásszal
- A törzs mély izmainak és a gátizmoknak
- Annyiszor nézed vissza, ahányszor szeretnéd

Gyógytornászok által összeállított
online program – otthonról, bármikor.

Arthuman Központ · dr Kriston Ildikó

Mozgást ajándékba

Szeretettel ajándékozom neked ezt az online programot.

Kinek: _____

Kitől: _____

Üzenet:

Hogyan kezdheted el?

A belépéshez szükséges adatokat e-mailben küldtük annak a címnek, amelyet az ajándékozó a rendeléskor megadott. Ha nem találod, nézd meg a levélszemét mappát is, vagy írj nekünk: arthuman@arthuman.hu · 06-30-190-7315