AJÁNDÉKKÁRTYA · KARÁCSONY 2026

Kezeljük a csontritkulást!

- 12 hetes otthoni program (PDF)
- 12 nyomtatható gyakorlatlap, tornanaptár
- 14 napos csontbarát étrend

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