AJÁNDÉKKÁRTYA · KARÁCSONY 2026

12 hetes Komplex Online Mozgásszervi Program

- 12 hetes, gyógytornász vezette videós program
- 6 egymásra épülő szakasz, napi kb. 15 perc
- Nyomtatható gyakorlatok, tervező naptár

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