



KOM TILL OSS!

Lördagen den 22 oktober

Öppethus på FLY Studio

11.00 Kom och träffa oss på FLY Studio och våra samarbetspartners som finns med oss under dagen.

Vi berättar om ett livsstilsprogram en kurs på FLY. - Livsstils program för dig som är trött på alla metoder – du som vill ha balans, energi och kraft eller gå ner i vikt. Vårt kompetenta team finns på plats under dagen. Passa på att ställa frågor och ta reda på vad en ny livsstil skulle kunna ge dig – här å nu, idag och för resten av livet.

Felicia vår nyinflyttade massör som driver sitt företag Hela människan, är här så att ni kan prova på hennes massage. Hon är utbildad vid Örebro Universitet, har starka nypor och ett holistiskt helhetstänk.

GRATIS KLASSER! Anmälan till maria@flystudio.se

- 11.30 **Qi-gong** 30 min
- 12.00 **Global Yoga** för nybörjare 30 min
- 12.30 **Organic Bodywork** funktionell core träning 30 min
- 13.15 **Afro Yoga Family** för alla 4-64 år, skönt gung!
- 14.00 **FLY Yoga Fusion** för dig som yogat ett tag eller gillar utmaningar 60min

Efteråt finns vi på FLY, minglar och svarar på frågor, avslutar ca 16.00

Varmt Välkommen som du är!

www.flystudio.se