

# TRÄNA HOS OSS!

Vill du hitta formen eller bara bli piggare och gladare? Vilka mål du än har med träningen gör vi det lättare att nå dem.

Det här ingår i ditt Actic-medlemskap:

- Effektiv och säker träning med instruktör
- Personligt utformat träningsprogram som är lätt att följa och som garanterat ger resultat.
- Löpande uppföljning med instruktör och nytt träningsprogram.

Kom in så hjälper vi dig att nå dina mål.

Alla anställda på Adecco erbjuds **10% rabatt** gällande årskort på **ACTIC**.

Vi har 103 anläggningar i Sverige. Priser och utbud varierar, se [www.actic.se](http://www.actic.se) för information om en anläggning nära dig!

**Varmt Välkomna!**

**ACTIC**<sup>®</sup>  
Träning som ger resultat

## Styrketräning



## Konditionsträning



## Gruppträning



## Lifestyle by Actic/PT

