



Backéus Sports

Backéus Sports nyhetsbrev #27

Ett nytt roddmaskinsår

Hej på er!

Det är dags att vakna upp ur dvalan efter inomhussäsongen. Nu lyfter vi ut maskinen utanför dörren, ut på balkongen eller ner till vattnet. Alltid skönt att höra fåglarna sjunga och få lite bränna när man tränar!

Vilken vintersäsong det har varit. Aldrig har roddmaskinen varit så populär som nu och intresset bara växer. Det är kul att få vara en del i spridningen av denna fantastiska motions- och tävlingsform. Fler och fler aktörer dyker upp med nya och spännande produkter. Backéus Sports samarbete med Qicraft Sverige och Technogym fortsätter, de har flera nya spännande projekt på g och vi planerar in nya utbildningar på roddmaskinen.

Att träna på roddmaskinen har många fördelar. Du tränar hela kroppen, samtidigt som du bygger kondition, styrka och mjölktsyreatålighet samtidigt som du bränner kalorier i mängder. Detta är helt unikt!

Om du vill ta steget och lära dig roddtekniken och vill få hjälp med träningsupplägg, för att skapa en förståelse kring träning i allmänhet och rodd i synnerhet, har du kommit helt rätt. Backéus Sports erbjuder allt från enskilda träningspass och events till individanpassade träningsprogram. Läs mer om de olika alternativen på <http://backeussports.se>. **Om du som privatperson signar upp för en månadsvis träningsplanering (minst 6 mån) så får du första månaden gratis! Erbjudandet gäller till 1 juni.**

Backéus Sports drivs av Anders Backéus – Sveriges bästa roddare. Svensk mästare i rodd & roddmaskin.

Backéus Sports erbjuder coaching i rodd, roddmaskin & styrketräning. Enskilda pass eller specifika träningsprogram. Läs mer på backeussports.se.

Facebook, Instagram & Twitter: @backeussports

www.backeussports.se



Vill du förbättra hälsan och öka produktiviteten på ditt företag? Högintensiv intervallträning i grupp - enkelt, roligt och svettigt!

Förutom gruppträningspass kan Backéus Sports erbjuda mer unika tillställningar som tävling i båt på vattnet eller en längre satsning på friskvård och hälsa genom träningsprogram på olika nivåer för alla åldrar.

Glöm inte att kika in på hemsidan för att läsa gamla nyhetsbrev och få tips och tricks kring din träning.

Säsongen 2018, nu kör vi!

Backéus Sports
backeussports.se

anders@backeussports.se
+46(0)73-768 22 76

