



FitforKids – Gratis, sjovt og effektivt børne-fitnessprogram kommer til Langeland!!

Kæmper I med kiloene og mangler dit barn gode oplevelser med træning? Så kom på FitforKids-holdet på Langeland; det er sjovt, effektivt og gratis!

FitforKids en frivillig forening, der tilbyder gratis vægttabsforløb til børn i Danmark ml. 7 - 15 år og deres familier i mere end 20 kommuner, og nu starter vi op på Langeland. FitforKids har med støtte fra bl.a. Kronprins Frederik og Kronprinsesse Marys Fond udviklet et vægttabsprogram til børn, som i 2012 blev testet på Rigshospitalet med meget fine resultater.

FitforKids programmet består af træning to gange om ugen (den ene gang også for forældre), kostvejledning i hjemmet, forældrecoaching og motivationsprogram. Vi træner mandage kl. 16.20-17.10 (kun børn) og lørdage (også for forældre og søskende) fra kl. 09.45-11.00. Begge dage i Multihuset Nordlangelandshallen, Snødevej 140B, 5953 Tranekær. (Tider passer m/ bussen).

Interesserede familier kan kontakte FitforKids på 70 70 29 20 eller info@fitforkids.dk.

Vi glæder os til at byde jer velkommen!

Kh

FitforKids LangelandsTeamet