

Behöver du hjälp med att ändra dina levnadsvanor?

Välkommen att boka tid hos FYSSforums

LIVSSTILSMOTTAGNING

Detta kan ingå:

Kartläggning av förändringsområden

Kroppssammansättningsmätning

Motivationsanalys

Hjälp med målformulering

Rådgivning kring strategier

Stöd vid kostförändring

Stöd för att hantera stress

Lots till lämplig fysisk aktivitet

Praktiska övningar/träning



PRIS: 950 kr

Enstaka besök eller långvarig kontakt, allt efter önskemål och behov.

Rådgivare är leg fysioterapeut med vidareutbildning inom livsstilsfrågor, överviktsbehandling och stressrelaterad ohälsa.

Bokning på 0760-164182 eller info@fyssforum.se

FYSSforum Stockholm AB

Fysioterapi, friskvård & träning

Lokal: SAGA Träningscenter, Mariatorget 5

www.fyssforum.se