

# TYNELL ACTIVITY

*Everyday, all seasons*

## Friskvård, Idrott och Hälsa

Vill just Du/Ni få hjälp att komma igång med de fysiska aktiviteterna, eller kanske få hjälp med träning och kost mot ett speciellt mål? Eller varför inte lära dig valla dina skidor rätt.?

Tynell Activity erbjuder aktiviteter året om, oavsett årstid, dvs "everyday, all seasons". Möjligheterna till att nå Era mål är större än ni tror!

Kontakta mig gärna för mer information.

### Aktiviteter

- Träningspass för motionär och elit- längdskidor, rullskidor, löpning, cykel, stavgång, paddling, etc.
- Teknikträning – längd- och rullskidor (classic och skate), teknikanalys m.m.
- Vallkurs –vallning, skötsel och diverse praktiska tips för motionär och elit
- Uppladdning och upplägg – vid tävling, träning, motionslopp, Vaslopps veckan m.m.



### Kontakta

Rikard Tynell  
Tallbacksvägen 8D  
791 32 Falun

Telefon: 070-2831394

E-post:

tynell\_rikard@hotmail.com

Du hittar priser och senaste erbjudanden på: [www.tynellactivity.se](http://www.tynellactivity.se)

