



# KUN FOR MÆND

## MANDEGYMNASTIK

Strammer T-shirten lidt over maven, og trænger du til et ugentligt pust af "ungdomsfølelse" og mandehumor? Så er mandegymnastik måske noget for dig.

Vi blander motion, latter og sved med bronze-cirkeltræning (en træningsform som bruges af bl.a. militæret) – og så er det kun for mænd!

### Sæson

1. september – 22. december 2022.

### Tid

Torsdag kl. 18.00-19.00.

### Sted

NFS idrætscenter - hallen, Kasernvej 24, Næstved.

### Pris

Kr. 750,- for sæsonen inkl. kropsanalyse og foredrag.

### Mere information

Kontakt Bent Hansen på 25 62 78 95.

### Tilmeld dig

på [www.naestvedfirmasport.dk](http://www.naestvedfirmasport.dk).

### Kropsanalyse

Du får lavet en kropsanalyse i Næstved Rygcenter i starten af forløbet, hvor du får viden om din krops alder samt stærke og svage punkter.



Find os på Facebook - søg på:  
Næstved Firma Sport

[www.naestvedfirmasport.dk](http://www.naestvedfirmasport.dk)

  
**Næstved  
Firma Sport**