

# GRATIS FAMILIETRÆNING FOR ALLE



**PROGRAM**  
MED HENRIK

  
*Isabella*  
**FAMILIE  
POWER**

[ 8.- 12. juli ]

**MØDESTED**

ISABELLA FAMILIE  
POWER ZONEN

Husk vand og godt humør

**MANDAG 10.00-11.00**

Fitnessboksning intro og sjov Camping træning for HELE familien - Tænk og træen som en vinder - alle får succes og ferieglæden i top.

**TIRSDAG 10.00-11.00**

Fitnessboksning og Funktionel træning for HELE familien - Træningen du aldrig vil hjem fra.

**ONSDAG 10.00-11.00**

Leths Motionsboksning for Camping Champs (fra 8 år) Prøv Henriks mavebøjningsbuffet ad libitum og mærk du lever.

**TORSDAG 10.00.-11.00**

FamilieBootcamp, Leg & Teamwork - masser af musik, energi og familievitaminer. Stille stræk + afspænding til sidst.

**FREDAG 10.00-11.00**

Den legendatiske Robinsontur. Henrik viser vej. 2 km fællestur med Danmarks sejeste familier. Alle kan være med. Sammen kan I mere. 6 små familieudfordringer i naturen - sammen er vi stærke. Vi ses!

Alle events med boksning er uden fysisk kamp, men med masser af sjove træningsformer, hvor I ofte træner sammen 2 og 2. Vi anbefaler, at børnene skal være fyldt 5 år og, at de mindste får støtte af søskende, mor eller far.