

# GRATIS FAMILIETRÆNING FOR ALLE



**PROGRAM**  
MED HENRIK

  
**Isabella**  
FAMILIE  
**POWER**

[ 7.- 11. 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 19.00-20.00**

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 19.00.-20.00**

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.