

**50.000 Ft és 100.000 Ft
PÉNZNYEREMÉNNYEL!**

Formáld a tested! Változzunk együtt!

A Phoenix Mecano továbbra is elkötelezett az egészséges életmód iránt, ezért egy olyan programot szeretnénk indítani, ami segít az általad kitűzött cél megvalósításában!

Ehhez segítségül hívtuk Nektek

Várhegyi Ricsit a KalóriaKirályt!

**Találkozzunk
április 19-én
13:30-kor
a Képzőközpontban!**

A programban való részvételt, a
PMK 100%-ban támogatja!

**Minden érdeklődőt
várunk sok szeretettel!**

Jelentkezés a HR pulton keresztül!
Jelentkezési határidő:
2024. április 15.

A programmal kapcsolatos kérdések esetén keressétek Ricsit az infovarhegyi@gmail.com címen.



Mit kapsz, ha velünk tartasz?

- 01 **Online Konzultáció Lehetőségét Ricsivel**- havi egy alkalommal időpont foglalást követően lehetőség van egy 10 perces online konzultációra
- 02 **Saját kalória számodnak megfelelő étrend javaslatot:** 4 hétre megírt étrend javaslat, mely az általad megadott adatok alapján a neked megfelelő kalóriabevitel alapján kerül kiküldésre egy flexibilis étrend keretében
- 03 **Edzésterv:** Otthoni vagy edzőtermi edzésterv saját edzettségi szintednek megfelelően
- 04 **Prémium minőségű otthon végezhető edzésvideók** elérése egy privát weboldalon keresztül
- 05 **Hozzáférés egy privát Facebook csoporthoz, ahol** hetente egyszer ÉLŐ kérdezz-felelek van, folyamatos eszmecserére van lehetőség a többiekkel, akik részt vesznek a programban veled és Ricsitől is folyamatosan tippeket, ötleteket, motiválást kapsz
- 06 Havi egy csoportos személyes Q&A és motiváció Ricsivel
- 07 A program résztvevői között minden hónapban aktivitásától függetlenül **50.000.- forintos pénzneremény kerül kisorsolásra!**
- 08 A program résztvevői esélyt kapnak a **Formásodj és Nyerj program 100.000.- forintos fődíjának megnyerésére**, melyet az a résztvevő kap meg minden hónapban, aki önmagához képest a legnagyobb változást éri el!
- 09 Amennyiben **anomin** módon szeretnél **jelentkezni** arra is van lehetőség. Ebben az esetben kérlek, jelentkezésed küld el az **infovarhegyi@gmail.com** email címre.

Mikor jelentkezz?

- Ha te is szeretnél egy olyan közösséghez tartozni, mely segít céljaid elérésében
- Szeretnéd megismerni az egészséges életmód alapjait
- Szeretnél Te is egészségesebben élni
- Szeretnél csökkenteni a testsúlyodon
- Szeretnél tömeget növelni és erősödni
- Szeretnéd megtanulni, hogy lemondások nélkül hogyan lehet egészségesen táplálkozni
- Szeretnél együtt dolgozni egy profi szakemberrel
- Növelni szeretnéd az önbizalmad
- Csökkenteni szeretnéd a jövőbeni betegségek kockázatát
- Egyszerűen csak jól szeretnéd érezni magad egy jó társaságban

Tájékoztatunk benneteket, hogy a rendezvényen marketing célra felhasználható felvételek készülhetnek.