

# AKTIVITETSVECKA

med MARTIN och MAGNUS!

Vår MÅ BRA vecka i Funäsfjällen 2016 blev en succè...

**MARTIN LIDBERG**, tidigare Världsmästare i brottning, vinnare av Let's dance m.m.

samt **MAGNUS NYLANDER**, Medicine doktor, näringsforskare m.m.

leder vår Tränings- och Vandringsvecka i Funäsdalen, 2 till 9 September 2017.

Vi bor på Hotell Funäsdalen med bästa läge mellan sjön och fjällgondolen.

Hotellet erbjuder pool, bastu och relaxavdelning.

Restaurangen serverar frukost och en 3 rätters middag med vegetarisk framtoning.

Daglig matsäck till våra fjällvandringar och aktiviteter. I priset ingår Utflykter, Aktiviteter, Träningsspass, Filmaftnar, Inspirationspass samt Föreläsningar med Martin och Magnus. 2 dagars guidade utflykter till Myskoxecentrum i Tännäs samt besök till Mittådalens sameby.

## Varmt Välkomna

till en färgsprakande fjällvecka med aktivt friluftsliv och hälsa i fokus!

Frågor  
och anmälan  
till Elba vår vandringsledare  
från Form&Hälsa  
tel. 070-734 62 01

E-mail  
[info@formochhalsa.se](mailto:info@formochhalsa.se)

2 TILL 9 SEPTEMBER 2017

VARMT VÄLKOMNA

TILL EN FÄRGSPRAKANDE FJÄLLVECKA

MED AKTIVT FRILUFTSLIV OCH HÄLSA I FOKUS



Martin Lidberg,  
färdledare och  
föredragshållare



Magnus  
Nylander,  
färdledare och  
föredragshållare



Elba Pineda,  
färdledare



Kurt Svedros,  
föredragshållare

# Stavmilen

ett HÄLSOPROJEKT i tiden

Arrangör:

**FORM & HÄLSA**  
• STEGET TILL ETT FRISKARE LIV •



Lördagen den 6 Maj 2017 kl. 11:00

Sandhamnsgatan 63A Stockholm-Gärdet

Start & mål  
Vi stavar 5 eller 10 kilometer



Deltagaravgift: 130 kr

Hälsöfrämjandets medlemmar  
och Hälsas prenumeranter: 100 kr

Anmälan via  
[www.formochhalsa.se](http://www.formochhalsa.se)

Fina utlovningspriser

**Välkommen!**

Samarbetspartners:

