

FODBOLD ER MEDICIN

Fodbold Fitness træning er en intens kombinationstræning med bredspektrede fitness- og sundhedseffekter: Aerob høj-intensitets- (HIIT), udholdenheds- og styrketræning.

Fodbold Fitness er sjovt, socialt, varieret, populært og justerbart, for patienter og raske deltagere uafhængigt af alder, fysisk form og kunnen.

FOREBYGGELSE — BEHANDLING — REHABILITERING

