

Hejsan alla **Friskis & Svettisar** 😊

Mitt namn är **Veronica** och jag är utbildad **Friskvårdsterapeut och Kostkonsult** med **KBT inriktning**. Jag startade 2011 upp **VeRa Mind Your Life***

På **VeRa Mind Your Life*** kan jag hjälpa dig med **Massage** för att lätta upp spänningar efter stress eller hård träning. **Mentalträning**, för att klättra över dina inre hinder. **Samtal - KBT**, för att lära känna Dig själv. **Vägledning**, då livet bara låst sig och står still. Jag kan även hjälpa Dig med **Individuella kost- och träningsprogram**. Hos mig får du som medlem hos **Friskis & Svettis 10% rabatt**.

Pris exempel. **Massage 45 min 300:-** Du som medlem betalar **270:-**

Har du frågor så tveka inte att höra av Dig

Du kan nå mig på telefon nr. **0704 490995**

Eller så mailar du mig vejoid@hotmail.com

