

# TILLYKKE MED DIT NYE FITNESSCENTER



Har du lagt mærke til de store elastikker i pause- og omklædningsrummene?  
Hvis ikke, så gør det. En enkelt elastik kan gøre det ud for mange af de maskiner, du træner ved  
i fitnesscentret – og er et effektivt redskab til at forbygge smerter og besvær i kroppen.