

Trimma Taktiken inför säsongen 2015

Nu har du möjligheten att köpa boken Taktik för kappsegling av Mark Rushall.

Köper vi över 20 så är priset 224:- annars 280:- så häng på och beställ! (ev. frakt tillkommer)

Samlas ni 4 personer eller fler i en SISU lärgrupp får ni ytterligare 24:- / 45 min. / grupp.

Beställ boken genom att maila Åsa Holmquist info@halsosam.net

Vill ni studera i grupp så bestäm bara vem som skall vara ledare och kontakta Åsa så får ni närvaro blanketter och ett förslag på kursinnehåll utifrån boken. Ni bestämmer själva hur länge och hur många gånger ni skall samlas.

