

# KORPEN + SOMA MOVE

**Erbjuder ni gruppträning i er förening? Vill ni utöka ert utbud med en flödande, stark och atletisk träningsform som passar alla? Då är ni varmt välkomna att upptäcka SOMA MOVE och ta del av vårt exklusiva erbjudande speciellt för Korpens föreningar.**

## **Upplev flödande rörlighet och mjuk styrka med SOMA MOVE**

SOMA MOVE kombinerar flödande rörlighet och mjuk styrka i en träningsform som är byggd på vetenskap, skapad med känsla. Vår metod fokuserar på att skapa flödande, mjuka, men samtidigt starka rörelser som anpassas efter varje deltagares förutsättningar och möjligheter.

## **Vad är SOMA MOVE?**

SOMA betyder kropp på grekiska, och MOVE står för rörelse—tillsammans "kroppsrörelse". SOMA MOVE grundades 2012 av Cecilia Gustafsson, yogi och dansare, och Linus Johansson, legitimerad fysioterapeut. Sedan dess har SOMA MOVE spridit sig över hela Sverige, i de skandinaviska länderna samt till Polen.

Genom förkoreograferade klasser och med unik musik erbjuder vi en flödande, varm, svettig och kraftfull upplevelse för varje deltagare. Våra sessioner är formgivna för att skapa mönster av rörelser som är både utmanande på alla nivåer på så sätt tillgängligt för alla.

## **Testa SOMA MOVE**

Ni är välkomna att testa SOMA MOVE genom att ta del av våra många koreografier, Release 31, som finns tillgänglig på [somamove.com/korpen](http://somamove.com/korpen).

## **Ta del av vårt unika erbjudande**

Ni får 2.000 kr rabatt på vårt ordinarie pris för online-utbildning och 15% rabatt på licensavgiften för varje instruktör. Aktuella priser och ytterligare information finns på [somamove.com](http://somamove.com).

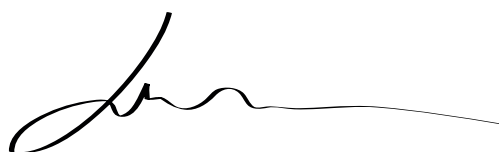
## **Ge era medlemmar något extra**

Genom att plocka in SOMA MOVE i ert utbud av gruppträning kan ni erbjuda en träningsform som inte bara bygger starka kroppar, men också främjar en känsla av gemenskap och välbefinnande.

Vi hoppas att ni är intresserade av att erbjuda SOMA MOVE för era medlemmar. Varmt välkomna att kontakta oss för mer information om anmälan och villkor.



Cecilia Gustafsson



Linus Johansson

