

## Dina coacher

### FREDRICK ANDRÉASON

Jag heter Fredrick, har verkat som golf-/fystränare sedan 2002 och är verksam på Danderyds GK och Täby Indoor Golf.

Jag har en passion för pedagogik, fysik och teknik och har utbildat mig bl. a. via PGA Sweden, Riksidrottsförbundet RF och Tränarakademin på Bosön.

**Hoppas att vi snart ses på våra True Workout-pass! Välkommen att höra av dig med frågor och funderingar,**

Vänliga hälsningar,  
Fredrick



Fredrick Andréason  
Lic. PT - PGA Golf Professional  
073-993 55 63  
fredrick.a@pgasweden.golf



Josefine Fransohn  
Lic. PT & Hälsocoach  
070-144 36 57  
josefine.fransohn@trameworkout.se

### JOSEFINE FRANSOHN

Mitt namn är Josefine, jag är grupptränings-/löpinstruktör och hälsocoach genom utbildning på Lillsveds folkhögskola.

Jag har stort intresse för och spetskompetens inom löpning, löpteknik och långdistanslöpning. Oavsett om du är nybörjare eller van löpare kommer vår True Workout löparkurs att ge dig verktyg för en förbättrad löpning.

**Mitt mål är att du ska känna att du lyckas! Varmt välkommen att kontakta mig om du undrar något,**

Vänliga hälsningar,  
Josefine