



MASSAGE på YBK

Under året har vi ett samarbete med Erika Nordberg gällande hundmassage på klubben
(E.N- Wellnesscenter-hundrehab och friskvård)

Erika kommer till klubben ca en dag i månaden och erbjuder sina tjänster
så du som medlem kan boka in en behandling för din hund.

Erika har utbildat sig till Canineopat och friskvårdare hund hos UPH- academy.
Hon har själv en bakgrund inom elitfotboll, brinner för idrott och hälsa och älskar djur.
Detta har gjort att Erika valde att studera vidare till just Canineopat.

VAD & PRIS

Massage eller laserbehandling 400 kr och bägge delar 450 kr

Friskvårdskontroll går att boka – vill du veta vad detta innebär, kostar och vad som skiljer sig
mot massagebehandlingen kontakta Erika för mer info. Går även att ange vid anmälan att du vill få info.

NÄR

Måndag 23 september
denna gång finnas tider att boka mellan ca 10 - 18

Erika är hos oss under dagen/eftermiddagen så du anger dina önskemål om tid när
du bokar, tex förmiddag, eftermiddag/tidig kväll så pusslar
Erika ihop schemat och återkoppla angående tid

HUR BOKAR/ANMÄLER JAG

via formulär på hemsidan/FB fram till ons 18/9 sedan gör Erika schemat
bokningar efter den 18/9 i mån av plats.

ALLMÄN INFO

När kan jag träna/tävla efter en behandling?

Innan massagen går det bra att göra vad ni vill men efter massagen räkna med ca 24h utan träning.
Skogspromenader och den vardagliga motionen mm inga problem! Givetvis kommer vissa kunna träna
lite tidigare medans andra kanske behöver fler dagar för vila eller återbesök.

Info om detta ges även i samband med besöket om det är något särskilt att tänka på med just din hund.

Massage är djupgående, tuff och nyttig och ska du däremot tävla inom 7 dagar så anpassar Erika
massagen och gör en friskvårds massage istället. Denna är också superbra men inte lika djupgående

FRÅGOR

kontakta Erika på enwellnesscenter@hotmail.com