

Kartoituspalvelut

## Kehon ikä -kartoitus

Miellyttävä terveystieteen kartoitusmenetelmä ryhmässä. Osallistamalla eri kartoitusosioihin saat itsellesi monipuolisen raportin kehosi tämän hetkisestä tilasta. Kehon ikä -kartoitus on motivoiva ja selkeä mittari, jota voidaan käyttää elämäntapamuutosten seurantavälineenä nyt ja tulevaisuudessa. Osallistamalla Kehon ikä -kartoitukseen saat oikeuden myös muihin Matkaoppaan palveluihin.

Kehon ikä -kartoituksesta ja kartoitukseen valmistautumisesta voit lukea lisää [täältä](#).

**Kenelle?** Sopii kaikille 2–3 vuoden välein.

**4event**

www.4event.fi



Toteutustapa: Oma ohjelmanaan esimerkiksi hyvinvointipäivään, pidemmän prosessin alkusysäyksenä tai luonnollisten kokoontumisten ohjesohjelmana. Toteutusaika: Kaikkina vuodenaikoina sisäohjelmana. Ryhmän koko: 15–100 henkilöä.