

HET MEEST COMPLETE ALL-IN SPORT ABONNEMENT VAN ASSEN!

- Onbeperkt fitness
- Onbeperkt groepslessen
- Onbeperkt aquasporten
- Gratis fittesten en begeleiding
- Gratis trainingsschema's
 - Gratis zwemmen
- Gratis gebruik sauna (gekleed)
 - Gratis drankjes
 - Gratis parkeren
- Personal Training



De Bonte Wever | Assen • Stadsbroek 17 • 9405 BK Assen
Tel.: 0592-356 000 • info@debontewever.nl

www.debontewever.nl



LET'S GET

SLIM!

(Prijswijzigingen voorbehouden.)

www.debontewever.nl

LEEF GOED, EET GEZOND, VOEL JE FITTER!

Slim Fit

Met dit afslankprogramma kunt u onder begeleiding van professionele instructeurs op een verantwoorde manier afvallen. Beweging heeft een positief effect op de gezondheid, zowel op lange als korte termijn. Samen wordt een persoonlijk trainingsprogramma opgesteld. Hierin werkt u, in groepsverband of individueel, aan een gezonde opbouw van uw conditie. De trainingen vinden plaats in de fitness maar ook in het zwembad.

Het trainingsprogramma bevat minimaal drie trainingsmomenten per week. Daarnaast vinden er om de week metingen plaats zoals van het gewicht, lichaamsvetpercentage, spiermassa en vochtpercentage. Deze gegevens worden nauwkeurig voor u bijgehouden zodat resultaat inzichtelijk is.

Wat kunt u ermee bereiken?

Door uw deelname aan Slim Fit wordt uw silhouet verbeterd en kan er weer een gezonde energiebalans ontstaan. Het is een persoonlijk trainingsprogramma in combinatie met het geven van voedingsadviezen. Daarmee kunt u een start maken op weg naar een nieuwe gezonde lifestyle.

Slim Fit is inclusief:

Intakegesprek, persoonlijk trainingsprogramma, minimaal 3x per week deelnemen aan trainingen in de fitness en/of in het water, wekelijkse metingen, deelname aan lezing gezonde voeding, voedingsadvies en toegang tot Virtuagym; het online fitnessprogramma.

Tarieven

Deelname aan Slim Fit is **gratis** i.c.m. een Be Fit abonnement. Voor meer informatie of opgave kunt u terecht bij de fitnessbalie of bel 0592-303784.

