

TARIEVEN

TOTALLY IN SHAPE - PERSONAL TRAINING AND MORE

Groepsles Aerobics/boksfun abonnement

- 1 x per week Aerobics/Boksfun € 37,50 (jonger dan 18 jaar € 17,50)
- 2 x per week Aerobics/Boksfun € 47,- (jonger dan 18 jaar € 25,00)
- Strippenkaart 10 lessen € 97,- (4 maanden geldig)

Combinatie abonnement (min 6 mnd)

- 1 x Personal Training per week + 1 x per week groepsles € 190,- per maand
- 2 x Personal Training per week + 2 x groepsles € 310,- per maand

Personal Training pakketten

- Pakket 1: 12 sessies € 564,-
- Pakket 2: 24 sessies € 1060,-
- Pakket 3: 48 sessies € 1980,-
- Pakket 4: 96 sessies € 3720,-

Overig:

- Mental Coaching 5 sessies van 2 uur € 750,-
- Mylogenics Rehab € 75,- 1^e consult; vervolg consult €45,-
- Lifestyle advies 1 uur € 75,-
- Lifestyle programma (op aanvraag)
- Losse PT trainingen € 50
- (Morbide) Obesitas Traject (op aanvraag)
- Small group training (2-4) €32,50 p.p.
- Sportvasten vanaf € 400,-
- Trainingsschema € 45,- per maand
- Voedingsschema € 35,- per maand
- Workshop op locatie € 110,-

Inschrijfkosten € 10,- Administratie kosten € 15,-

Groepslessen: Aerobics, Boksfun, BBB

Bootcamp wordt verzorgd door Amelia Katerla, 1^e les altijd gratis, Losse les € 6,-
Maandabonnement : € 20,- 1 x pwk ; € 25,- 2x pwk; 10 strippenkaart € 55,-

Judo wordt verzorgd door Michel Nijenhuis, voor meer informatie www.jiritsu.nl

Yoga wordt verzorgd door Liana Hamzajeva. Voor meer informatie mail naar:
hamzajeva@gmail.com