BRAMSBOOTCAMP BODYCENTERGILZE

DÉ BUITEN SPORTSCHOOL VAN GILZE EN RIJEN

BOOTCAMP

Méér dan 10 trainings-momenten per week!

PERSONAL TRAINING

Drie maanden personal training én individueel trainen!

COMPANY BOOTCAMP

Versterk de teambuilding en verminder het ziekteverzuim.

- Persoonlijke begeleiding
- Periodieke lichaamsmeting
- Maandelijks een nieuw programma
- Sporten met fun als motivatie
- Stimulans door het samen sporten
- Regelmatige extra evenementen

KETH'S BODYCENTER

De warmtecabines zijn ingericht met infrarood warmte.

- Verlies van centimeters
- Verhoogde verbranding
- Slechts 30 minuten per training

MEER INFO OF EEN GRATIS PROEFLES?

KIJK VOOR EER INFORMATIE OP WWW.BRAMSBOOTCAMP.NL

BRAMSBOOTCAMP
BODYCENTERGILZE

AFVALCHALLENGE

Heb jij al tijden niet de motivatie en energie om weer te gaan sporten, maar is het nu de hoogste tijd. Meld je dan nu aan voor de afvalchallenge bij Bram's Bootcamp en Bodycenter Gilze.

WAT JE MOET WETEN

- Start: September en maart!
- Geschikt voor mannen en vrouwen
- 4 Maanden programma
- 12 Weken fooodplan
- Makkelijke gepersonaliseerde dagmenu's met boodschappenlijst
- Gevarieerd beweegplan
- Verlies 8 tot 12 kilogram
- Elke twee weken meting van gewicht, lichaamsvet, spiermassa en centimeters
- In samenwerking met Bram's Bootcamp, Bodycenter Gilze en Keth's Foood

INFORMATIEBIJEENKOMST
Voor ieder start hebben we een informatie avond, kijk op onze website voor meer informatie!

Voor 20 testpersonen die aan hun gewicht en gezondheid willen werken.

AANMELDEN:
BRAMSBOOTCAMP@GMAIL.COM

Keth's FOOOD
eten • bewegen • relaxen

- Wil je ook voedingsadvies?
  Wij werken samen met Keth's Foood.
  WWW.KETHSFOOOD.NL

MEER INFO OF EEN GRATIS PROEFLES? MAIL NAAR BRAMSBOOTCAMP@GMAIL.COM

VOLG ONS OP BRAMSBOOTCAMP EN BRAMSBOOTCAMP_BODYCENTER_GILZE