



**SAMEN TRAINEN
EN TOCH
PERSOONLIJK
RESULTAAT
BEHALEN?**

BEWEEGTRAININGEN Small group training



Training in groepsverband van max. 4 ondernemers
of collega's, inclusief persoonlijk traject met:

- ✓ Individuele intake
- ✓ Gezondheidsscan ter waarde van € 75,-
- ✓ Voedingsadvies door diëtist
- ✓ Periodieke checks
- ✓ 24/7 online platform
- ✓ Samenwerking met coaches en professionals

Vanaf
€ 80,-
(excl. BTW)
per maand
* bij één training
per week

**SAMENWERKEN ÉN TOPFIT
WORDEN!**

Tip:
zakelijke
kosten!

DOELGERICHTE AANDACHT

Je gaat een of meerdere keren per week **30 minuten intensief sporten in een groep** van maximaal 4 personen, waarbij niveaunderschillen slim worden geïntegreerd. De small group training beperkt zich niet alleen tot het leveren van fysieke prestaties. **Doelgerichte aandacht** voor voeding, nachtrust, stress en werk/privébalans is net zo belangrijk. Het startpunt is altijd een **individuele intake** om resultaatgericht aan de slag te gaan; daarna krijg je regelmatig een check-up. Zorg als ondernemer voor je eigen duurzame inzetbaarheid en laat je bedrijf floreren!



Wat levert het jullie op?

- ✓ Leren om gezond om te gaan met stress
- ✓ Fit lichaam en vitale geest
- ✓ Verbeteren van je weerbaarheid
- ✓ Sterkere ondernemer door betere prestaties
- ✓ Goede nachtrust

Neem contact op

www.vitalics.nl · 085 – 130 29 30 · info@vitalics.nl ·  

Vitalics
VOOR DUURZAME VITALITEIT