



Een personal trainer biedt vele voordelen: exclusieve aandacht, de voortdurende bijsturing in de uitvoering van je oefeningen en een intensieve opvolging op maat. Dit alles leidt tot betere en snellere resultaten. We spreken samen een doel af en werken er met een plan naar toe. De coach motiveert je telkens om het beste van jezelf te geven en zo stap voor stap jouw persoonlijke doel te realiseren

Personal Coaching (1 uur) Per persoon.	€65.00
Wellness Analyse (1,5 uur)	€95.00
Mental Coaching (1uur)	€100.00
Medische Coaching (1uur) + aangepast programma	€75.00
Voedingsanalyse: energiedagboek analyse + 1uur bespreking + plan van aanpak	€ 150,00
Opvolging Voeding (1 uur)	€75.00

De prijzen zijn exclusief BTW

### De voordelen

- Persoonlijke aandacht
- Extra motivatie
- Persoonlijke aanpak
- Voortdurende bijsturing
- Intensieve opvolging
- Gediplomeerde begeleiding



Voor meer info en reservatie: [sonja.kimpen@synergie.be](mailto:sonja.kimpen@synergie.be)  
 Heb je graag een telefoontje om even al je vragen te stellen? Geef je telefoonnummer op en Sonja, Marc of Marina bellen je geheel vrijblijvend op.