

**Kennismakingsgesprek**

Gratis

**Personal Training**

€55,-

(Alleen mogelijk na afname maandelijkse/kwartaal coaching)

---

**Maandelijke Personal Coaching**

4x Personal Training

1x Fit test + Meting

€200,-

**Kwartaal Personal Coaching**

13x personal Training

1x Fit test + Meting

€185,- per vier weken.

---

**Maandelijke Personal Coaching + Online Coaching**

4x Personal Training

1x Fit test + Meting

Online Coaching

€250,-

**Kwartaal Personal Coaching + Online Coaching**

13x personal Training

1x Fit test + Meting

Online Coaching

€230,- per vier weken.

---

**Online Personal Coaching**

Opstellen maandelijks plan

Intensieve Online Coaching

Traject minimaal 3 maanden

1-1 online coaching

€50,- per maand

**Trainingsprogramma's**

Programma specifiek

Traject minimaal 3 maanden

Online Coaching

€30,- per maand

---

**Voeding**

Week schema met passende berekening caloriebehoefte en specificaties.

€150,-

\*Alle tarieven zijn inclusief BTW.