

Starttraject van 3 maanden

Basis €105,- p.m.

- Onbeperkt bootcamp groepstraining van sportcoach Cécile bij Fit Buiten!
- Intakegesprek met diëtist (incl. meting/wegen en een persoonlijk voedingsplan en receptenboek met weekmenu's).
- 1x per maand een meting en coachingsgesprek met diëtist Cris
- Ondersteuning online en via WhatsApp

Extra €119,- p.m.

- 2x p.w. samen sporten in een vaste groep van 8-10 personen
- Persoonlijk intakegesprek met diëtist (incl. meting/wegen en een persoonlijk voedingsplan en receptenboek met weekmenu's).
- 2x een gezamenlijk weeg- en meetmoment met de diëtist
- 1x kookdemo met de groep
- Ondersteuning online en via WhatsApp

Compleet €199,- p.m.

- 1 x per week privé sporttraining met personal coach
- Persoonlijk sportschema
- Onbeperkte deelname aan bootcamp groepstrainingen
- Intakegesprek met diëtist (incl. meting/wegen en een persoonlijk voedingsplan en receptenboek met weekmenu's).
- 2x een weeg, meet en coachingsmoment met de diëtist
- 1x samen boodschappen doen en koken met de diëtist