



De Wetering



CURSUS AQUA'SLANK

Gezond en sportief afvallen in 12 weken!

In de cursus Aqua'Slank werk je 12 weken aan je body om op een verantwoorde manier af te vallen en fit(ter) te worden. De cursus vindt plaats in zwembad de Wetering in Houten.

Je wordt wekelijks begeleid door officiële gewichts- en bewegingsconsulent Ellen Bogaerts. Zij is aangesloten bij de Beroepsvereniging Gewichtsconsulenten Nederland.

Je krijgt een gedeelte van de kosten vergoed door je zorgverzekeraar. Dit heeft geen invloed op je eigen risico.

De cursus Aqua'Slank start op maandag 6 januari 2020.
Prijs: € 33,- per week / € 396,- totaal

Let op: vol = vol

Meer informatie op
www.gewichtsenbewegingsconsulent.nl of
www.optisport.nl/wetering

CURSUS AQUA'SLANK

Gezond en sportief afvallen in 12 weken!

Hoe werkt Aqua'Slank?

Je krijgt 12 weken voedingsadvies en begeleiding in je leefstijl en je kan onbeperkt deelnemen aan de Aquasporten en banenzwemmen.

Voor wie is de cursus Aqua'Slank?

- Voor iedereen die in zichzelf investeert voor het leven
- Voor iedereen die toe is aan een andere leefstijl
- Voor iedereen die wil afvallen
- Voor iedereen die aan zijn/haar conditie wil werken
- Voor mannen en vrouwen in iedere leeftijdscategorie (vanaf 18 jaar)
- Voor iedereen die voedingslessen wilt volgen in een kleine groep (maximaal 10 personen)

GEWICHTS- & BEWEGINGSCONSULENT



Wat doet de gewichts- & bewegingsconsulent?

Je stelt je persoonlijke doelen op, 5 tot 10 kilo afvallen in 12 weken is haalbaar met blijvend resultaat als uitgangspunt.

Wekelijkse weging met de Body Composition Analyzer (+ uitgeprinte analyse) en iedere week een andere voedingsles. Je krijgt tips en tricks over voeding.

Wil je meer informatie?

Kom naar de informatie bijeenkomst Aqua'Slank in zwembad de Wetering op:

Dinsdag 17 december van 16:00 - 17:00 uur

Dinsdag 17 december van 19:00 - 20:00 uur

Of vraag naar de uitgebreide folder van Aqua'Slank bij de receptie van het zwembad.

De Wetering | Hefbrug 3 | 3991 LB Houten | 030-6346660
wetering@optisport.nl | www.optisport.nl/wetering

Meld je je tijdens de informatiebijeenkomst meteen aan voor de cursus, dan krijg je 10% korting!