

6 weken met een Personal Trainer!

20 deelnemers gezocht!



In **6 weken** in shape met een Personal Trainer!

Slechts ! 499,- p.p.
Normaal ! 1.275,-

Doelstelling: **zoveel mogelijk resultaat** met 1-op-1 begeleiding.

Bedenker en celebritytrainer **Kenneth Leeuwin** zit al meer dan 20 jaar in het vak en komt van origine uit de topsport hij is meerdere malen Europees en Wereld Kampioen Karate geweest en auteur van het LifeStyle boek In Balans. Vele mensen hebben succes geboekt met zijn methode, waaronder bekende Nederlanders als **Sylvana Simons en Lieke van Lexmond.**

Lieke van Lexmond:

“Voor de Playboy ben ik in 6 weken 8 kilo afgevallen en ik heb er nog nooit zo goed uitgezien!”

Kenneth Leeuwin werkt voor het voedingsprogramma samen met voedings coaches van Topgevoel.



KickFun.com



SpecialSports
amstelveen

Personal Training Programma 2010

Wat doet dit programma?

In samenwerking met een aantal vooraanstaande personal trainers in Nederland heeft Personal trainer en Coach Kenneth Leeuwin een programma opgesteld op basis van 1-op-1 trainingen, gecombineerd met een persoonlijk en specifiek voedingsprogramma en bijbehorende coaching. Alles wat we met u als deelnemer gaan doen is speciaal voor u gemaakt, zowel het trainingsschema als het voedingsprogramma. Zelfs uw gewoontes (ten opzichte van voeding en training) worden bekeken, zodat zowel u als wij weten waar op gelet moet worden.

Doelstellingen

Bij dit programma is vetverbranden en afvallen op een gezonde maar snelle en zeer effectieve manier de voornaamste doelstelling.

In de 6 weken sport u 3 maal per week volgens een bepaalde structuur en u krijgt een vaste trainer toegewezen die u persoonlijk begeleidt tijdens de 1-op-1 sessies.

Er wordt onderzocht hoe snel er vooruitgang plaatsvindt met een Personal Trainer die de specifieke methode van Coach Kenneth toepast. Deze methode richt zich op voeding, training, rust en mindset. Ook wordt er gekeken naar de figuurcorrectie, afname van centimeters, vetpercentage en toename van spiermassa.

Alles met een ervaren Personal Trainer aan uw zijde!

Voor wie?

Iedereen, ongeacht leeftijd en geslacht kan meedoen! Ook al heeft u 10 jaar niet gesport en heeft u bepaalde klachten. Of u bent al redelijk sportief maar wil toch die extra 5 kilo kwijt. Wellicht wilt u wel beginnen met sporten en gezonder leven, maar komt het er niet van. U kunt met het programma starten wanneer u wilt. (vanaf januari 2010)



**Vraag een gratis en vrijblijvend intakegesprek aan!
Stuur een e-mail naar personaltraining@smilesport.nl**

Wat is Personal Training?

Personal Training betekent dat u 1-op-1 wordt begeleidt door een gekwalificeerde en zeer ervaren begeleider. Bovendien wordt een programma speciaal voor u op maat gemaakt.

Alle Personal Trainers die bij dit onderzoek zijn aangesloten zijn uitstekend geschoold en hebben minimaal 3 jaar ervaring in het geven van 1-op-1 sessies.