

Prijzen zijn inclusief BTW

### Personal training per uur\*

1 op 1 personal training: 69 euro

1 op 2 personal training: 39 euro

\*Inclusief

Persoonlijke intake en overleg (voeding, mentaal en bewegen)

Schriftelijk advies voedings- en leefstijladvies schriftelijk, zoals een voedingsschema, variatie lijst, uitleg over voeding en recepten boekje

Tussentijds evalueren en aanpassen van trainingen en adviezen naar behoefte

Reiskosten: buiten 5 km van Riverland Healthcentre wordt er 0.20 eurocent per km berekend voor de heen en terug rit.

### Small group training per uur\*\*

3 personen training: 26 euro pp

4 personen training: 20 euro pp

5 personen training: 16 euro pp

\*\*Mocht je behoefte hebben aan persoonlijk advies en coaching (leefstijl) dan geldt het tarief van 10 euro per kwartier (i.p.v. 14,50 euro)

Reiskosten: buiten 5 km van Riverland Healthcentre wordt er 0.20 eurocent per km berekend voor de heen en terug rit.

### Eerst uitproberen?

3 trainingen voor 50 euro per training

### Voedingscoaching

Voedingsintake en advies (mondeling en schriftelijk): 58 euro

Vervolggesprekken: 14.50 per kwartier

---

## Pakketten

### Snel afvallen

8 weken 3 uren personal\*

Eerste 4 weken: 828 euro

Laatste 4 weken: 690 euro

Omgerekend (voor 1 op 1 personal training) = 63,25 euro per uur (in plaats van 69 euro).

De prijzen voor een training voor 2 tot 5 personen vallen per persoon lager uit.

### Blijvend afvallen

26 weken 2 uren personal\*

Elke 4 weken: 552 euro

Laatste 4 weken: 276 euro

Omgerekend (voor 1 op 1 personal training) = 63,70 euro per uur (in plaats van 69 euro).

De prijzen voor een training voor 2 tot 5 personen vallen per persoon lager uit.

### Trainingsschema met één training

Persoonlijk trainingsschema (voor 6 – 8 weken) + 1 uur persoonlijke begeleiding: 79 euro

Extra mogelijkheid: voedingsintake en advies van ~~58~~ euro voor 45 euro