



Conditie
en kracht-
verbetering
van het hele
Lichaam



ski-,
langlauf- en
snowboard-
oefeningen

Goed voorbereid op wintersport!

Met behulp van oefeningen
opgesteld door een personal
trainer...


Sjabbens
Sports & Health
www.sjabbens.nl

sn^{ow}fit



Meer vakantiepret met **Snowfit!**

Verlaag de kans op blessures door een goede voorbereiding. Sjabbens Sports & Health heeft een speciaal **Snowfit** programma dat je voorbereidt op de wintersportvakantie.

Om het beste uit je sneeuwvakantie te halen, is het van essentieel belang dat je fit bent vanaf de eerste dag op de hellingen. Bij het **Snowfit** programma worden alle spiergroepen getraind die je tijdens de wintersport gebruikt.

Binnen 8 weken zal je merken dat je uithoudingsvermogen, flexibiliteit en de kracht van je buik- en beenspieren enorm zijn verbeterd! Want je wilt tijdens de wintersportvakantie toch optimaal genieten?

Wat houdt Snowfit in?

- rondleiding en uitleg faciliteiten
- onbeperkte toegang tot beide vestigingen van Sjabbens Sports & Health
- een intakegesprek en samenstellen persoonlijk **Snowfit** programma
- uitgebreide persoonlijke begeleiding door een personal trainer
- trainingsprogramma voor 8 weken

De kosten voor dit 8 weken Snowfit programma zijn slechts: € 129,-

Sjabbens Sports & Health

- Bram Streeflandweg 59,
6871 HV **Renkum**, 0317 - 317652
- Pvm Gelderland Blauw 8c,
6666 LR **Heteren**, 026 - 4720242

**Sjabbens**
Sports & Health
www.sjabbens.nl

Het Snowfit programma is een vrijblijvend programma van 8 weken. Je hoeft dus geen lid te worden. Deze aanbieding is geldig t/m 7 januari 2012 en alleen voor nieuwe leden. Vraag naar de voorwaarden.

SNOWFIT

