



KIDS BOOTCAMP

VRIJDAGMIDDAG

KIDS & TEENS (VANAF 8 JAAR)

17.00 TOT 17.50 UUR

AANMELDEN VIA WWW.BALKFIT.NL

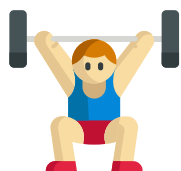
@BENTWOUDE BENTHUIZEN/ ZOETERMEER



DOE LEKKER MEE!

BOOTCAMP

De Kids & Teens Bootcamp is geschikt voor kinderen vanaf 8 jaar.
Alle trainingen bevatten de volgende peilers:



KRACHT EN CONDITIE

Iedere training gaan we aan de slag met krachttraining en werken we aan de conditie



SPEL

Door middel van spel, gericht op de doelgroep houden we de trainingen leuk en interactief



PLEZIER

Plezier in het bewegen en lol maken met elkaar is een vast onderdeel



Ik ben Jeroen Balk, sportfysiotherapeut Msc, personal trainer en vader van 2 kinderen. Lekker sporten in de buitenlucht en met veel plezier bewegen, staat in mijn trainingen voorop!

Kosten van de trainingen: € 6,00 per les of € 50,- voor een 10-rittenkaart