

---

# FULL BODY TRAINING

---



E-MAIL:  
CHARLOTTE@MAKEAMOVE.BE



TELEFOON: 0494-590107

WWW.MAKEAMOVE.BE

---

## WAAR

---

Aarschotsesteenweg 414a in  
Willesele.

---

## WIE

---

Voor iedereen die zijn conditie en kracht wil verbeteren. Elke deelnemer heeft de vrijheid om de zwaarte aan te passen naar eigen noden/eigen mogelijkheden.

(Meeste deelnemers zijn tussen de 20 – 49 jaar). Opgepast: Hebt u een acute blessure? Neem dan eerst contact met ons op zodat we kunnen kijken of deze sessies voor u geschikt zijn.

---

---

## WANNEER

---

### Periode 1: OKTOBER – DECEMBER 2020

10 sessies (er kunnen enkele sessies outdoor zijn)

Elke maandagavond (20u45 – 21u45) **START** 12/10/2020

Elke donderdagavond (20u30-21u30) **START** 14/10/2020

### Periode 2: JANUARI – MAART 2021

+/-10 sessies

Elke maandagavond (20u45 – 21u45)

Elke donderdagavond (20u30-21u30)

### Periode 3: APRIL - JUNI 2021

+/-10 sessies

Elke maandagavond (20u45 – 21u45)

Elke donderdagavond (20u30-21u30)

### Periode 4:

Vanaf JULI 2021 starten onze FBT outdoor sessies.

---

---

## PRIJS

---

10 euro per sessie

---

---

## INSCHRIJVEN

---

U schrijft zich in per periode en voor één of twee vaste avond(en) in de week.

Plaatsen zijn beperkt tot 10 personen per avond. Wegens groot succes is inschrijven verplicht en bindend.

De periode reeds gestart als u dit leest? Indien de lessen niet volzet zijn, is aansluiten perfect mogelijk!

