

# PERSONAL TRAINING



**BEWEGEN IS GOED,  
GOED BEWEGEN IS BELANGRIJK!**

Ik ben Mike, jouw personal trainer.

Bewegen is goed, goed bewegen is belangrijk! Een gezonde leefstijl is een essentieel element in het behalen van je doelen. Met mijn passie en enthousiasme zullen wij met elkaar een manier vinden om naar jouw doel toe te werken. Sporten doen we samen waarbij een goede uitvoering centraal staat. Daarnaast kan ik je coachen en begeleiden op het gebied van voeding en lifestyle. Of je nou wilt afvallen, aankomen, sterker worden of met een andere sport specifieke doelstelling aan de slag wilt gaan, bij mij ben je aan het juiste adres. Samen gaan we op zoek naar wat het beste bij je past en wat daadwerkelijk haalbaar is voor jou! Bel of mail me voor een vrijblijvend intakegesprek.

Ik heb er zin in! Tot snel!



**PERSONALTRAINERMIKE@HOTMAIL.COM**

**BEL 06-21979111**

**WWW.PERSONALTRAININGHOORN.NL**