fun - figure - friends

Beste EASYFITTER,

In bijlage de nieuwsbrief voor maart 2017.
Met (naar jaarlijkse gewoonte) de OPENDEURACTIES!

Met sportieve groeten,
het EASYFIT-team

HEIRWEG 137 - 9190 STEKENE
easy-fit@skynet.be
03/779.49.02
www.easyfitstekene.be

OPENDEUR
maart 2017

fun - figure - friends

299 euro / jaar
(= € 24,95 / maand)

4 GRATIS beurten bij elke beurtenkaart

Jouw huidige abonnement nog niet ten einde?
Het nieuwe sluit aan op de einddatum.

Meer info?
Vraag het aan iemand van het EASYFIT-team.

donderdag 09/03/'17

TRY OUT

van alle EASYFIT-groepslessen - vanaf 19u

20u00 - 21u00	**CYCLING**

19u00	**EASYCROSS**
19u20	**CHALLENGE**
19u40	**CORE-STABILITY**
20u00	**DANCE & BBB**
20u20	**STEP**
20u40	**ZUMBA**
21u00	**EASYPOWER**
21u20	**YOGA**

Wil je graag iemand uitnodigen om samen eens van de lessen te proeven?
Schenk hem/ haar een BRING-A-FRIEND-kaart!!

Zeer
binnenkort...

EASYFIT

UITBREIDING
van de krachtzaal

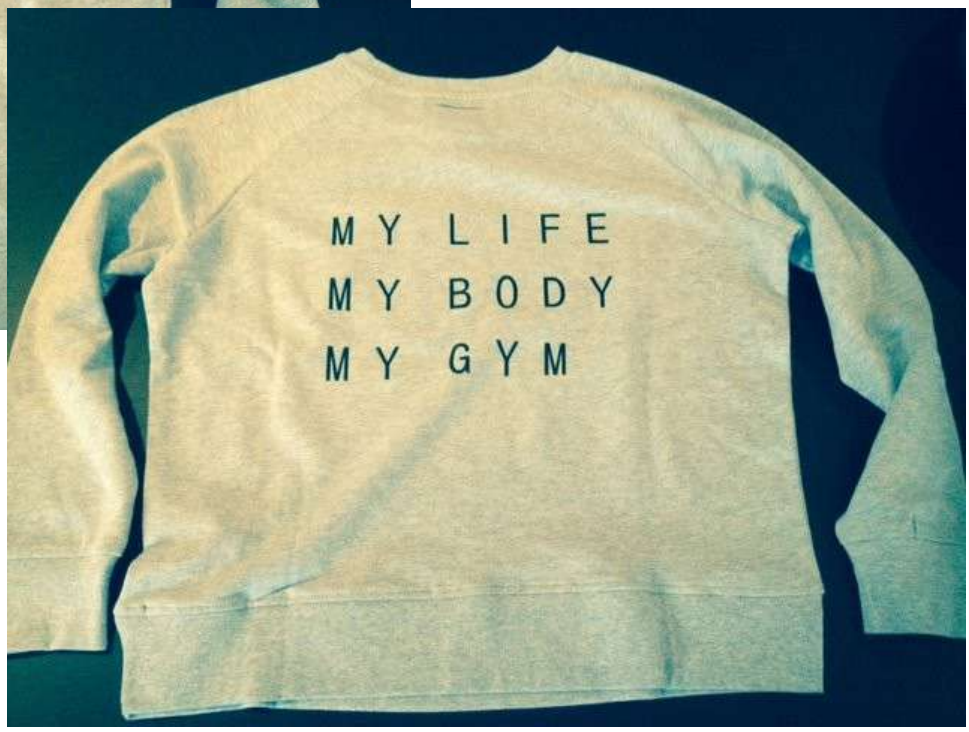
- in oppervlakte
- met extra spiegel
- met materiaal (cable jungle)

De groepslessenzaal is elke dag vrij
voor jouw eigen crossfit-training,
extra TRX-training,
workout met bokszak, ..

Enkel gereserveerd voor
de groepslessen.

Na 19u00?
Op woensdag en vrijdag na 21u
Vanaf dinsdag 28/02/'17
ook vrij na 21u00!

Binnenkort (tijdelijk) verkrijgbaar…



Volg ons op

facebook

Instagram

Meer info volgt…

Deze zomer
3 lessen
per week

EASYCROSS BOOTCAMP

INDOOR & OUTDOOR

elke maandag
woensdag
zaterdag

EASYFIT

Heirweg 137
9190 Stekene

03 779 49 02
www.easyfitstekene.be

Een cadeaubon van de gemeente Stekene? Daarmee kan je bij ons terecht voor je abonnement, beurtenkaart,...!

EASYFIT

Bikiniproof naar de zomer?
Wil je graag een maatje minder?
Wil je je fitter voelen en vooral...
goed in je vel?
START dan NU met **DLINE!**

We werken met gezonde voeding!
Geen proteïnendieet.

EASYFIT

GET READY FOR SUMMER

met PERSONAL COACHING

Meer info bij Daio of Philip

€ 35,- per sessie (1 tot 3 personen)

10 beurtenkaart (+ 2 x GRATIS)

JOUW EIGEN PERSOONLIJKE TRAINER?

Dat kan, ook voor jou!

Individueel of samen
met een vriend(in)
intensief en gericht werken!

In samenspraak met jou stel ik jouw persoonlijke trainingsschema op. Daarna zal ik je begeleiden, steunen, aanmoedigen, motiveren om jouw persoonlijke doelstelling(en) te bereiken!
Ik weet het zeker, samen bereiken we jouw doel!

Vragen? Maak gerust een vrijblijvende afspraak!

Met sportieve groeten,
Daio

Begeleiding en / of steun nodig van een
PERSONAL TRAINER?
Vraag meer info via
Philip JANSSENS (kinesitherapeut, cardiale- en sportkine)
of Daio VAN HOECK (trainer B fitness en fitnessinstructeur)
easy-fit@skynet.be of 03/779.49.02

NIEUW… iedere maand geven we een beetje meer info over één van onze groepslessen…

Deze maand in the picture:

EASYPOWER

Wat kan je met EASYPOWER bereiken?

- Spierversteviging
- Figuurverbetering
- Hoger calorieverbruik door gebruik van de verschillende spier-groepen (ook de uren en dagen na de les!) en dus een betere vetverbranding
- Sterkere spieren

Iedere maandag om 20u00

en donderdag om 21u00

EASYFIT

BRING-A-FRIEND-actie!
voor jou en je "friend"!

Nodig je vrienden, familie, buren,... uit
om **GRATIS** kennis te maken
met een groepsles of fitness!

Kiest je "friend" een jaarabonnement,
dan krijg jij 1 maand extra bij je abonnement
of 6 beurten extra op je beurtenkaart.

Kiest je "friend" een 6 maandabonnement,
dan krijg jij 14 dagen extra bij je abonnement
of 4 beurten extra op je beurtenkaart.

Kiest je "friend" een 3 maandabonnement
of beurtenkaart,
dan word jij beloond met 1 week extra op je abonnement
of 2 beurten extra op je beurtenkaart.

Breng je 2 leden aan,
dan is deze retrotas van jou!

DE BRING-A-FRIEND-KAARTEN vind je onbeperkt in de fitness!

EASYFIT

lesrooster

Ma	09u30	core-stability
	19u00	dance&BBB
	20u00	easypower
	20u00	cycling
	21u00	easycross (vanaf 06/03/'17)
Di	19u00	core-stability
	19u00	cycling
	20u00	challenge
	20u00	cycling
Woe	10u00	cycling
	19u00	easycross
	20u00	zumba
	20u00	cycling
Do	19u00	step&core
	20u00	dance&BBB
	20u00	cycling (vanaf 02/03/'17)
	21u00	easypower
Vr	20u00	zumba
Za	09u30	yoga
	10u30	easycross
Zo	09u30	nia
	10u00	cycling
	10u30	zumba