



Performance Foundation

Fysieke basis & consistent trainen

- 12 individuele trainingen (1× p/wk)
- Focus op snelheid, kracht, wendbaarheid en sport-specifieke fitheid
- Duidelijke, progressieve opbouw
- Gericht op structurele fysieke ontwikkeling naast clubtraining

Performance Foundation is een 1-op-1 traject van 12 trainingen (ook mogelijk in duo of small group), gericht op structurele fysieke ontwikkeling naast de clubtrainingen.

Voor wie?

Sporters die doelgericht en consistent willen werken aan hun fysieke basis.

€ 960 voor het volledige traject.

SCAN OUR
HOMEPAGE



SCAN OUR
INSTAGRAM

