



Performance Insight

Inzicht, analyse & gericht trainen

Performance Insight is een 1-op-1 performance traject van 12 trainingen voor sporters die niet alleen harder willen trainen, maar ook slimmer. Met inzicht in hun lichaam en spel als basis voor betere prestaties in wedstrijden.

Wat houdt het traject in?

- 12 individuele trainingen (1x per week)
- Beginmeting & eindmeting
- 1 wedstrijdobservatie & analyse
- CLUKS-analyse (coördinatie, lenigheid, uithoudingsvermogen, kracht, snelheid)
- Trainingen afgestemd op lichaam en speelstijl

Voor wie?

Sporters die niet alleen willen trainen, maar willen begrijpen wat hun lichaam nodig heeft om beter te presteren in wedstrijden.

Investering

€ 1599 voor het volledige traject.

SCAN OUR
HOMEPAGE



SCAN OUR
INSTAGRAM

