



Bold Performance Institute V.O.F.

📍 CALISTHENICSPARK LEEUWESTEYN DAFNE SCHIPPERSBRUG

✉ contact@boldperformance.nl

🌐 <https://Boldperformance.nl>

☎ 0633889905

SPORTEN Bootcamp Personal training functional fitness Urban Sports small group training

DAGEN Ma. Wo. Vr. Za. Zo.

LEEFTIJDEN Jongeren Volwassenen

Rooster

ACTIVITEIT	DAG	TIJD	LOCATIE
------------	-----	------	---------

Functional Trainingen / Bootcamp	Ma. Wo. Vr.	20:00 - 21:00	Dafne Schippersbrug
---	-------------	---------------	---------------------

FUNCTIONELE GROEPSTRAININGJe gaat samen met de functional trainers de buitenlucht in om daar hard te werken aan een betere conditie. Ervaar de uitdaging maar bovenal ook het plezier van het werken aan je uithoudingsvermogen en kracht in de buitenlucht. Er zijn per les maximaal zes plekken beschikbaar dus vergeet niet tijdig te reserveren. Het startpunt is Calisthenics-park Leeuwesteyn (BG, Groenewoudsedijk, 3528 BG Utrecht)Voor wie is deze functional training?Iedereen is welkom, de oefeningen zijn aan te passen aan ieder niveau en de instructeurs zorgen ervoor dat iedereen op zijn eigen niveau mee kan trainen. Een redelijke basisconditie is een voordeel, maar niet noodzakelijk.

Functional Trainingen / Bootcamp	Za.	9:30 - 10:30	Dafne Schippersbrug
---	-----	--------------	---------------------

FUNCTIONELE GROEPSTRAININGJe gaat samen met de functional trainers de buitenlucht in om daar hard te werken aan een betere conditie. Ervaar de uitdaging maar bovenal ook het plezier van het werken aan je uithoudingsvermogen en kracht in de buitenlucht. Er zijn per les maximaal zes plekken beschikbaar dus vergeet niet tijdig te reserveren. Het startpunt is Calisthenics-park Leeuwesteyn (BG, Groenewoudsedijk, 3528 BG Utrecht)Voor wie is deze functional training?Iedereen is welkom, de oefeningen zijn aan te passen aan ieder niveau en de instructeurs zorgen ervoor dat iedereen op zijn eigen niveau mee kan trainen. Een redelijke basisconditie is een voordeel, maar niet noodzakelijk.

Functional Trainingen / Bootcamp	Zo.	10:00 - 11:00	Dafne Schippersbrug
---	-----	---------------	---------------------

FUNCTIONELE GROEPSTRAININGJe gaat samen met de functional trainers de buitenlucht in om daar hard te werken aan een betere conditie. Ervaar de uitdaging maar bovenal ook het plezier van het werken aan je uithoudingsvermogen en kracht in de buitenlucht. Er zijn per les maximaal zes plekken beschikbaar dus vergeet niet tijdig te reserveren. Het startpunt is Calisthenics-park Leeuwesteyn (BG, Groenewoudsedijk, 3528 BG Utrecht)Voor wie is deze functional training?Iedereen is welkom, de oefeningen zijn aan te passen aan ieder niveau en de instructeurs zorgen ervoor dat iedereen op zijn eigen niveau mee kan trainen. Een redelijke basisconditie is een voordeel, maar niet noodzakelijk.

Meer informatie
<https://www.sportstad-utrecht.nl/sportaanbieder/bold-performance-institute/>