



Prijzen: enkele duursport

Formule 1: Kies je sport	12 weken	1 jaar	Maandschema's
Intake gesprek	✓	✓	✓
Persoonlijke planning	✓	✓	✓
Telefonisch bereikbaar	✓	✓	
Trainingsschema via Trainingpeaks	✓	✓	✓
Wekelijkse analyse en bijsturing	✓	✓	
Voedingstips	✓	✓	
Korting op lactaattesten	✓	✓	
Wedstrijdvoorbereiding	✓	✓	
Materiaaladvies	✓	✓	
Voedingsschema aanpassen voor, tijdens en na de wedstrijd	✓	✓	
Wedstrijd indelen	✓	✓	
Prijs per maand	€56	€52	
Totale prijs	€168	€624	€60 / schema
* TrainingPeaks éénmalige aankoop	+/- €45	+/- €100	

Indien gewenst kan er een factuur worden aangemaakt (Coaching of Lifestyle coaching).



Prijzen: multi duursport

Formule 2: Multisport	12 weken	1 jaar	Maandschema's
Persoonlijk intake gesprek	✓	✓	✓
Persoonlijke planning	✓	✓	✓
Telefonisch bereikbaar	✓	✓	
Trainingschema via Trainingpeaks	✓	✓	✓
Wekelijkse analyse en bijsturing	✓	✓	
Voedingstips	✓	✓	
Korting op lactaattesten	✓	✓	
Wedstrijdvoorbereiding	✓	✓	
Materiaaladvies	✓	✓	
Voedingsschema aanpassen voor, tijdens en na de wedstrijd	✓	✓	
Wedstrijd indelen	✓	✓	
Prijs per maand	€76	€72	
Totale prijs	€228	€864	€70 / schema
* TrainingPeaks éénmalige aankoop	+/- €45	+/- €100	

Indien gewenst kan er een factuur worden aangemaakt (Coaching of Lifestyle coaching).



Lactaattest	
Online intake (+bespreking op locatie)	✓
Bio-impedantie meting ifv lichaamssamenstelling (Inbody)	✓
Uitgebreid persoonlijk rapport + bespreking lichaamsanalyse	✓
Uitgebreide test voor fietsen, lopen en zwemmen met lactaatmeting	✓
Uitgebreid rapport van de test	✓
Persoonlijke analyse van de trainingszones	✓
Trainingsrichtlijnen op basis van testresultaten	✓
Totaal: Losstaande lactaattest	€140
Totaal: Lactaattest wanneer je in wekelijkse coaching bent bij ons	€125