



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 ifv trainingen & wedstrijden: koolhydraten, vochtinname en recup	✓	✓	
Korting op lactaattesten	✓	✓	
Wedstrijdvoorbereiding	✓	✓	
Toegang tot de online kracht & core schema's van ALL INE WORKOUTS	✓	✓	
Prijs per week	€19,2	€17,5	
Totale prijs	€230	€840	€70 / schema
* TrainingPeaks éénmalige aankoop (eigen keuze maandelijks, kwartaal of jaar)	+/- €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	✓	✓	
Trainingsschema via Trainingpeaks	✓	✓	✓
Wekelijkse analyse en bijsturing	✓	✓	
Voedingstips ifv trainingen & wedstrijden: koolhydraten, vochtinname en recup	✓	✓	
Korting op lactaattesten	✓	✓	
Wedstrijdvoorbereiding	✓	✓	
Toegang tot de online kracht & core schema's van ALL INE WORKOUTS	✓	✓	
Wedstrijd indelen	✓	✓	
Prijs per week	€25	€21,8	
Totale prijs	€300	€1050	€85 / 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	€150
Totaal: Lactaattest wanneer je in wekelijkse coaching bent bij ons	€135