

TRAINER

LOOPGROEP ZEELAND



DE LOOP TECHNIEK CLINIC MET VIDEO ANALYSE - EFFICIENT LOPEN

Regelmatig blessures? Moeite met techniek? Kan je hard lopen maar ben je na 30 minuten totaal uitgeput? Zien hoe je echt loopt? Efficiënt lopen? Langer kunnen volhouden? Minder energie gebruiken en toch beter presteren?

Vanaf nu is het ook mogelijk om alleen of met een klein groepje (max 3 personen) een uitgebreide techniek, houding analyse te krijgen. Hierin zal Anthony van den Berg eerst je houding filmen en analyseren. Hierna krijg je een uitgebreide techniek les, waarin alle basis beginselen van het efficiënt natuurlijk en ontspannen hardlopen aan bod komen (het beste uit Pose, Chi en Gentle running). Vervolgens zal hij weer een video opname maken en de resultaten bespreken.

In twee tot twee en een half uur (hangt af van het aantal deelnemers) zal je kijk op hardlopen totaal veranderen. Hardlopen zal nooit meer het zelfde zijn. Efficiënter, minder belastend, slimmer en veel leuker. Want hardlopen is wel leuk!

De kosten van de privé techniek clinic zijn € 85,00

Je kan met maximaal drie personen komen en betaald per extra deelnemer 5 euro (dit is inclusief 2 consumptie). Voor drie personen betaal je dus €95,00.

De kosten kan u na de clinic ter plaatsen contant voldoen.

Voor meer info mail Anthony: info@loopgroepzeeland.nl of bel 06 53 15 45 19