

PRIJSOVERZICHT



 +31618226974

 WWW.YOUVERSUSYOU.NL

 INFO@YOUVERSUSYOU.NL

INHOUD

03 OVER YOU VS YOU

04 ABONNEMENTEN

07 CONTACT

YOU VS YOU



DE YOU VS YOU METHODE

MINDSET

VOEDING

BEWEGING

De You vs You methode is ontworpen om jou op weg te helpen naar de levensstijl die jou het gelukkigst maakt. Door beweging toe te voegen aan jouw levensritme en te investeren in jouw mindset is het een kwestie van tijd voordat jij de beste versie van jezelf tegemoet komt.

JOUW PERSONAL TRAINER

Mijn naam is Joy, de Personal Trainer achter You vs You. Van jongs af aan krijg ik energie van bewegen door de vele voordelen die het met zich meebrengt. Mensen begeleiden en ondersteunen in het proces naar een fitter leven, fysiek maar ook mentaal, is mijn grootste passie. De essentie van mijn werkwijze zit hem in de naam. You vs You is een mentaliteit waarin centraal staat dat jij zelf je enige 'tegenstander' en uitdaging bent. Het is veel voorkomend dat iemand zichzelf en hun persoonlijke proces gaan vergelijken met die van een ander. You vs You ziet graag dat jij naar jezelf kijkt op basis van waar je was in verhouding met waar je nu bent.



WERKEN MET YOU VS YOU

Het gaat er om dat jij in ziet dat je zo ver kan komen als je jezelf toe laat. Het is een persoonlijke reis die echter niet alleen gemaakt hoeft te worden. Met You vs You ga je een samenwerking aan waar jouw inzet en motivatie in combinatie met mijn kennis en ervaring samen de weg vormen naar progressie.

ABONNEMENTEN

In plaats van verschillende pakketten bied ik voor iedereen dezelfde service aan. Als personal trainer vind ik het namelijk belangrijk dat iedereen de juiste tools krijgt om te groeien. Het verschil in abonnement zit voornamelijk in de aantal trainingen per week en evaluaties per maand. Elk abonnement bestaat uit:



VOEDINGS- EN
TRAININGSSCHEMA



PERSONAL TRAINING



(ONLINE) COACHING



EVALUATIE

BASIS ABONNEMENT

INCLUSIEF

- 2 x per week personal training
- 2 x per maand een meting
- Trainingsschema's op maat
- Voedingsadvies op basis van jouw doel
- Wekelijkse evaluaties

MOTIVATOR GOLD

3 MAANDEN

€ 450

PER MAAND

DEDICATOR GOLD

6 MAANDEN

€ 410

PER MAAND

WIL JE 1X PER WEEK PERSONAL TRAINING?

MOTIVATOR SILVER

3 MAANDEN

€ 289

PER MAAND

DEDICATOR SILVER

6 MAANDEN

€ 259

PER MAAND

EXTRA TRAINING

Juist vaker trainen per week? Voeg het toe aan je abonnement!

1 X EXTRA PER WEEK	€ 180,- PER MAAND
2 X EXTRA PER WEEK	€ 324,- PER MAAND
3 X EXTRA PER WEEK	€ 486,- PER MAAND

DUO BASIS ABONNEMENT

INCLUSIEF

- 2 x per week personal training
- 2 x per maand een meting
- Trainingsschema's op maat
- Voedingsadvies op basis van jouw doel
- Wekelijkse evaluaties

DUO MOTIVATOR GOLD

3 MAANDEN



DUO DEDICATOR GOLD

6 MAANDEN



WILLEN JULLIE 1X PER WEEK PERSONAL TRAINING?

DUO MOTIVATOR SILVER

3 MAANDEN



DUO DEDICATOR SILVER

6 MAANDEN



EXTRA TRAINING

Vaker trainen per week? Voeg het toe aan je abonnement!

1 X EXTRA PER WEEK

€ 320,- PER MAAND

2 X EXTRA PER WEEK

€ 576,- PER MAAND

3 X EXTRA PER WEEK

€ 486,- PER MAAND

GOED OM TE WETEN:

Op basis van jullie behoefte ben ik altijd telefonisch te bereiken voor vragen of andere vormen van ondersteuning bij jullie voeding, training en mindset.

CONTACT

Ben je enthousiast geworden en wil je jouw uitdaging aangaan of kom je ergens niet uit? Ik sta je graag te woord. Mail naar info@youversusyou.nl of stuur een berichtje naar +31618226974.

