



Slank, gezond en fit de zomer in met

AquaSlank-Krimpen



Tijdens de AquaSlank cursus van 12 weken wordt aquasport gecombineerd met dieetadvies. Daarnaast biedt het combiabonnement de mogelijkheid om *dagelijks* te komen *vrijzwemmen*.

Deelname kan ook inhouden dat u via uw eigen huisarts, fysiotherapeut of diëtiste behandeld wordt en alleen het beweegprogramma in het zwembad volgt.

Lesrooster:

AquaSlank-2	vrijdag 09.00-10.00 uur	Vervolg cursus start na aquaslank-1.	Vervolg cursus met alleen meten en wegen.
AquaSlank-1	vrijdag 10.30-11.30 uur dieetadvies 09.30 uur	Start <u>20 april</u> a.s. gedurende 12 weken.	Opstartcursus met eventueel dieetadvies.
AquaVaria	vrijdag 13.30-14.15 uur	Eventueel vervolgtraject.	Combi-abonnement mogelijk aquasport met vrijzwemmen
VetCool-Kids	zaterdag 10.00-11.00 uur	Lifestyle programma voor jeugd met (dreigend)overgewicht.	Je leert een aantal gezonde keuzes maken betreft eten en bewegen en kan dagelijks vrijzwemmen.

Kosten:

Aquaslank abonnement € 108,55 (incl. aquasportles en vrijzwemmen en exclusief dieetadvies).

Informatie:

Diëtistenpraktijk HRC Tel. 010-2025165 of Zwembad de Lansingh Tel. 0180-516233.

Doet u ook mee?



Zwembad
De Lansingh

Krimpen aan den IJssel

www.krimpenaandenijssel.nl/zwembad

