

LEEF & BEWEEG



10 JAAR



SOME PEOPLE
WANT IT TO HAPPEN
SOME
WISH IT WOULD HAPPEN
OTHERS
MAKE IT HAPPEN



**10 jaar = 10
dagen actie**

MAIL OF BEL VOOR EEN
AFSPRAAK
ACTIE GELDIG TM 30 SEPT



LEEF & BEWEEG

Training & Health Coaching



Leef & Beweeg aanbod:

Groepsactiviteiten binnen en buiten oa

Body Pump, Spinning, Core Training, Bootcamp, 55+ Training, HIT Training etc.

Yoga activiteiten oa

Power Yoga, Easy Flow Yoga, Yin Yoga, Zwangerschapsyoga, Pilates etc.

Voedingsbegeleiding & Diëtetiek

Personal Training & Health Coaching

Revalidatie & Fysiotherapie



LEEF & BEWEEG
Training & Health Coaching

Leef & Beweeg
Kerkstraat 13a
Parkweg 3
Born



BETER
Revalidatie & Fysiotherapie

Tel: 06-22402091
info@leefenbeweeg.nl
info@yogastudioborn.nl
helen@beterfysiotherapie.nl



YOGA STUDIO BORN
Yoga & Meditatie

www.leefenbeweeg.nl

10 jaar

Een mijlpaal voor ons familiebedrijf. Gestart met de passie voor sport op de locatie in de Kerkstraat en inmiddels **2 locaties** en toewerkend naar een **volledig geïntegreerd concept** waar je terecht kunt voor herstel en revalidatie tot aan optimalisatie van jouw leefstijl en gezondheid.

De aandacht voor bewegen en gezondheid bevindt zich op dit moment op een hoogtepunt, mede door de COVID-pandemie. En terecht want wie wil er nu niet **gezond oud worden** en zo lang mogelijk kunnen genieten van alles wat je zou willen doen zonder dat je lichaam een beperkende factor is.

Al 10 jaar lang werken we hieraan door een plek te creëren voor onze leden die inspireert, waar je begeleid wordt met de beste concepten en trainingsmethoden, met een **team** van mensen waar je op kunt bouwen en vertrouwen. Sporten mag, maar bewegen moet en dat stimuleren we door een zo divers mogelijk aanbod op intensiteit. Sporten voor de **Actieve Oudere, Yoga, maar ook de hoge intensiteitslessen als Spinning en Cross HIT.**

Door dit diverse aanbod kan iedereen wat vinden binnen ons bedrijf dat past bij zijn of haar mogelijkheden en wensen.

Wil je een **vrijblijvende intake** om te kijken wat bij je past?
Bel of mail dan nu voor een afspraak!

Stay strong, stay healthy en hopelijk tot snel in een van onze locaties.

Team Leef & Beweeg
Team Yoga Studio Born
Beter Revalidatie & Fysiotherapie