The Body And Performance Lab

Tarieven en pakketten

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Product** | **Prijs** | **Wat krijg je ervoor?** |
| Kennismakingsgesprek | Gratis | Tijdens een vrijblijvend online kennismakingsgesprek nemen we rustig de tijd om jouw doelen, klachten of vragen te bespreken. Je krijgt de ruimte om jouw verhaal te doen, en ik denk met je mee over wat je nodig hebt of dat nu gericht is op trainen, herstel of leefstijl. Je krijgt een eerlijk advies, zonder verplichtingen. Zo ontdekken we samen of er een goede match is, en welk traject het beste bij jou past. |
| Personal Training (1 sessie) | €80,- | Individuele begeleiding op maat, inclusief techniek coaching, persoonlijke trainingssessies van 60 minuten. Veilig en effectief trainen met aandacht voor jouw doel én eventuele klachten. (Duo PT op aanvraag) |
| Personal Training (10 sessies) | €700 | Idem. |
| Personal Training (20 sessies) | €1350 | Idem. |
| Online Coaching Basic (Per Maand) | €70 | Online coaching is ervoor wie zelfstandig traint, maar wél met structuur en begeleiding. Je krijgt een persoonlijk trainingsschema, afgestemd op jouw doel, niveau en leefstijl. Met 1 tot 2-maandelijkse contactmomenten bespreken we je voortgang, passen we het plan aan en beantwoorden we je vragen. |
| Online coaching Premium (Per maand) | €150 | Online coaching is ervoor wie zelfstandig traint, maar wél met structuur en begeleiding. Je krijgt een persoonlijk trainingsschema, afgestemd op jouw doel, niveau en leefstijl. Met 1 tot 2-maandelijkse contactmomenten bespreken we je voortgang, passen we het plan aan en beantwoorden we je vragen. Het premium pakket biedt extra verdieping: we kijken niet alleen naar je training, maar ook naar mindset, herstel en techniek via video-analyse. |
| Online Coaching Basic (3 maanden) | €210 | Idem |
| Online Coaching Premium (3 maanden) | €380 | Idem |
| Online Coaching Basic (6 maanden) | €420 | Idem |
| Online Coaching Premium (6 maanden) | €900 | Idem |
| Fysiotherapie Intake (50-60 minuten) | Verzekering | Vergoeding via aanvullende verzekering. Fysiotherapie wordt (deels) vergoed als je aanvullend verzekerd bent. Raadpleeg je zorgverzekeraar voor het aantal behandelingen dat je vergoed krijgt. Een verwijzing van de huisarts is meestal niet nodig. |
| Fysiotherapie Consult (25-30 minuten) | Verzekering | Idem. |
|  |  |  |