



L.M. Meijers b.v.

Certificatie BOSU® Balance Trainer

www.bosu.nl

Certificatie BOSU® Balance Trainer

Balans is het begin van iedere beweging. Het helpt ons om bewegingen doelgericht en beheerst te maken, of het nu gaat om alledaagse activiteiten, zoals lopen, tillen en bukken, of om sportieve prestaties. Trainen met de BOSU® Balance Trainer verbetert onze bewegingspatronen en vaardigheden die we nodig hebben in sport, werk en dagelijkse bewegingsactiviteiten. De BOSU® Balance Trainer wordt gebruikt door sporters, personal trainers en fysiotherapeuten. In het fitnesscentrum wordt hij ingezet voor allerlei trainingsvormen: van cardio-groepstraining tot buikspieroefeningen in de fitnesszaal!



Tijdens deze certificatie leert u de BOSU® Balance Trainer veilig en efficiënt in te zetten in uw eigen werkomgeving. De behandelde stof is direct toepasbaar in de praktijk bij onder andere personal training, groepsfitness en fysiotherapie. U ontvangt een uitgebreide cursusmap en het Complete Workout System, waarmee u zelf trainingen leert samenstellen!

De certificatie is toegankelijk voor (fitness)trainers, coaches, (sport)fysiotherapeuten en personal trainers. Hoewel er geen toetsing is verbonden aan de certificatie, is enige kennis van anatomie en trainingsfysiologie wenselijk.

Duur van de cursus : 6 uur

Cursusdata : 5 september 2009
24 oktober 2009

Kosten : € 195,-

(inclusief lunch, cursusmap en BOSU® Complete Workout System ter waarde van € 95,-)

Cursuslocatie :

Piazza Sports Health & Fitness Club Houten
Kruisboog 4
3994 AE Houten
Tel. 030-6377223

Aanmelden :

www.meijers.com
info@meijers.com
Tel. 046-4496100



L.M. Meijers b.v.