



ÉÉN DAG VOL FITSPIRATION

Welkom bij ÉÉN DAG LIVE!

We nodigen je uit op **DÉ DAG ÉÉN TRAININGSLOCATIE** voor een dag vol energie, fitspiration en natuurlijk gezelligheid.

PROGRAMMA

Tijd	Activiteit	Highlight
11:00	Inloop met ontbijt	Start je dag als een winnaar!
11:30	Centrale kick-off	Patrick & Babette trappen af.
	Beweegzone	Workouts, workshops & wandelen! Let's go!
	Fitspirationzones	Tips, tricks, supplementen en outfits! Shoppen!
	Voedingszones	Proeven en genieten van DAG ÉÉN maaltijden!
	Lifestylezones	Voedingstips van Babette. Huidplooiemeting bij Patrick.
15:00	Centraal einde	Prijsuitreikingen

Ontmoet andere leden, deel je ervaringen en scoor je fitspiration voor de rest van het jaar!

HOE LAAT?

DAG: Zondag

11.00 uur - 15.00 uur

WAAR?

DAG ÉÉN TRAININGSLOCATIE

Beneden Molenweg 3

4112 NS Beusichem

PARKEREN

Parkeren kan op de Markt (400 stappen)
of bij recreatiegebied De Meent
(1100 stappen)!

DRESSCODE: SPORTIEF



LET OP! Dit is ÉÉN DAG LIVE, de dag die je niet wilt missen. Schrijf je in, neem je energie mee. Wij regelen de rest!