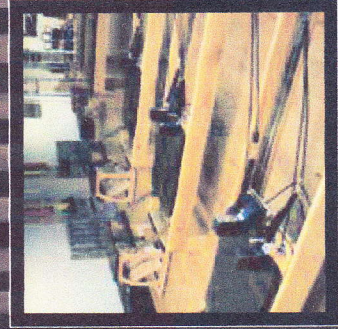
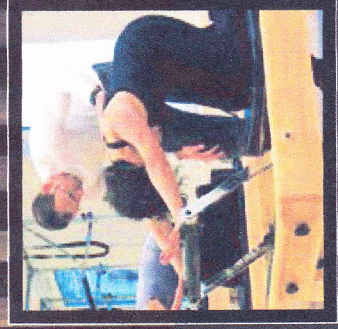


bineath



PERSONAL TRAINING & PILATES STUDIO



b.healthy

A new personal training service uniquely tailored to meet your physical abilities and goals in a luxurious space located in the Sablon area. A personalized program adapted to your schedule with individual and/or small group sessions. Unlike traditional impersonal and overcrowded gyms, you will be personally assisted by a duly qualified and certified trainer.

A deux pas du Sablon, un service de coaching sur mesure, selon vos aptitudes physiques et vos objectifs. Un planning adapté à votre emploi du temps, individuel ou en petit groupe, dans un espace luxueux et confortable.

Loin des salles de fitness traditionnelles impersonnelles à haute fréquentation, vous êtes accompagné par un entraîneur professionnel diplômé.

vlakbij de Zavel, een aangepaste coaching dienst, afhankelijk van uw fysieke capaciteiten en doelen. Een planning op maat van uw tijdschema, individueel of in kleine groepen, in een luxe en comfortabele ruimte.

Weg van de traditionele onpersoonlijke sportzalen met veel verkeer, wordt U begeleid door een gecertificeerde professionele coach.

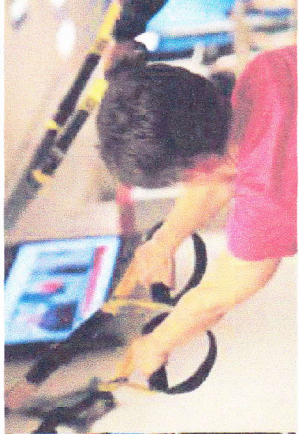
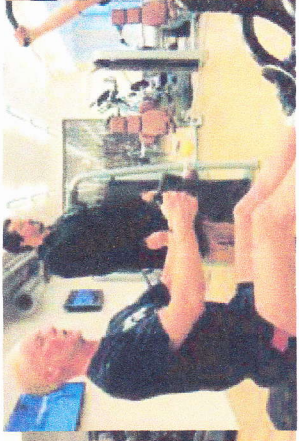


“A personalized training program to achieve your goals”

Whatever your goal may be: lose weight, get back in shape, build your endurance, sculpt your body or prepare for any sort of physical activity such as boxing, golf, tennis, skiing and more. You will be personally assisted by professional and qualified trainers.

Our objectives:

- Offering you a personalized and qualitative service
- Ensure a safe and efficient training environment
- Provide a customized training program to fit into your busy schedule.

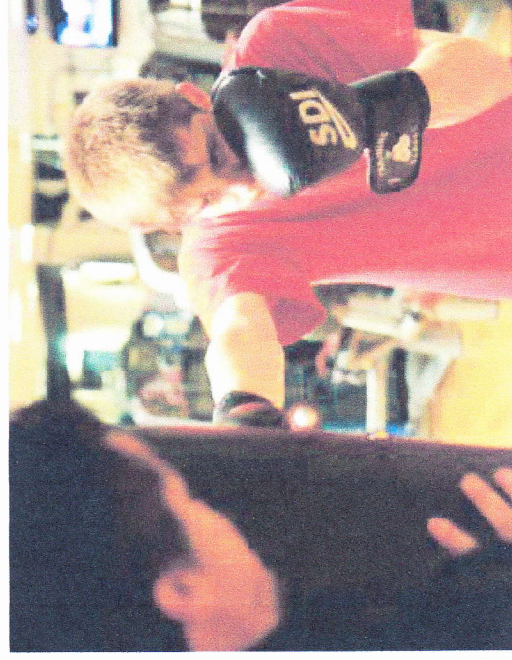


Quel que soit votre but: perte de poids, remise en forme, endurance, prise de masse musculaire, préparation physique spécifique (boxe, golf, tennis, ski...), vous serez accompagné par des entraîneurs professionnels et diplômés.

Nos objectifs:

- vous offrir un service personnalisé et de qualité
- vous proposer de pratiquer du sport en toute sécurité
- vous donner un entraînement sur mesure et adapté à votre emploi du temps.

Open: Monday to Saturday
7 a.m. – 9 p.m.
Private parking
Individual showers and change rooms

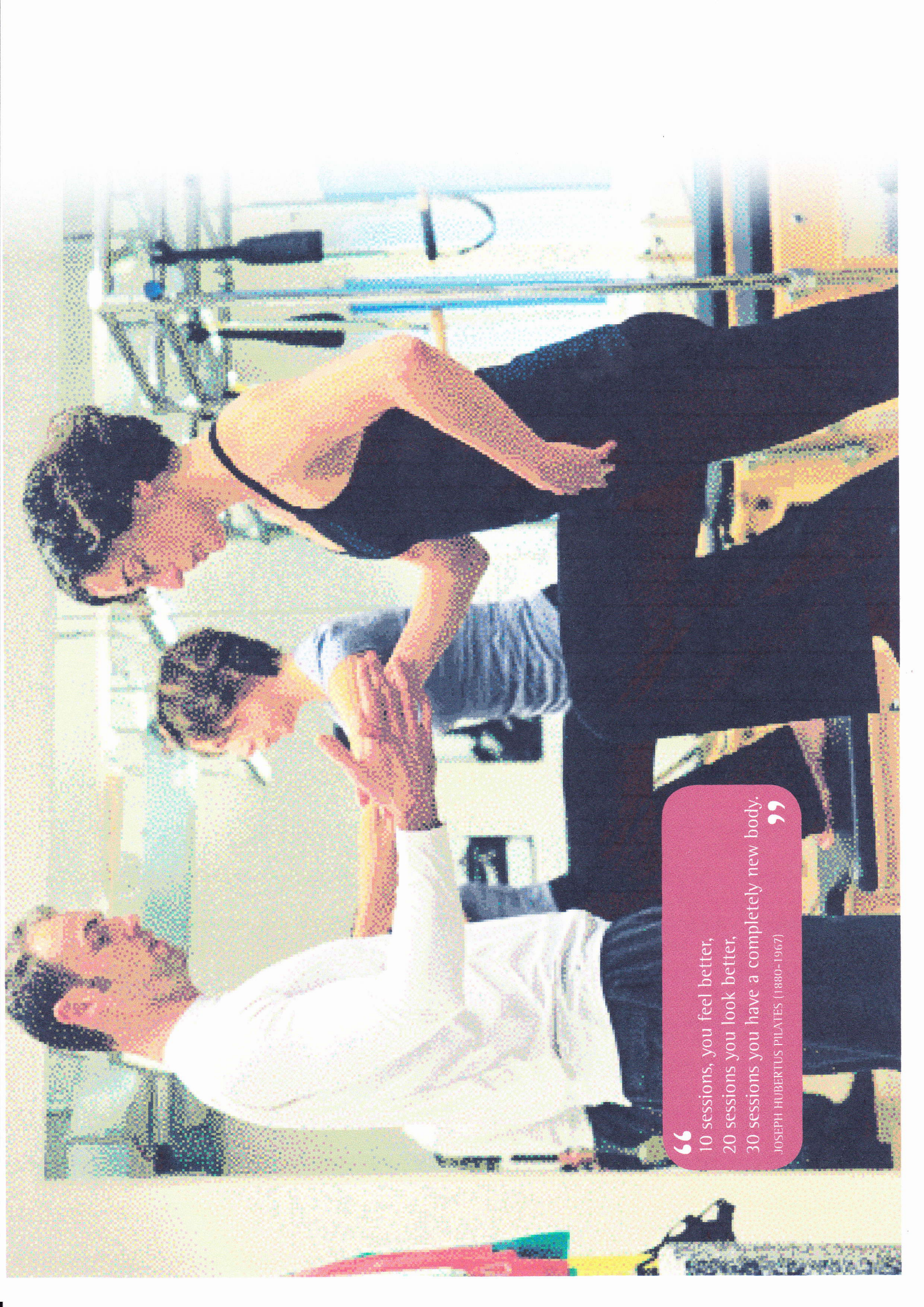


Wat uw doel ook is, gewichtsverlies, conditie, uithoudingsvermogen, spiermassa, specifieke fysieke voorbereiding (boksen, golf, tennis, skiën,...) zal u begeleid worden door professionele afgestudeerde coaches.

Onze doelstellingen:

- het verstrekken van persoonlijke service van hoge kwaliteit
- U toelaten uw sport te beoefenen in alle veiligheid
- U een individuele training te geven, aangepast aan uw tijdschema.





“
10 sessions, you feel better,
20 sessions you look better,
30 sessions you have a completely new body.”
JOSEPH HUBERTUS PILATES (1880-1967)

“Pilates method: develop and align your body, restore vitality and stimulate your mind.”

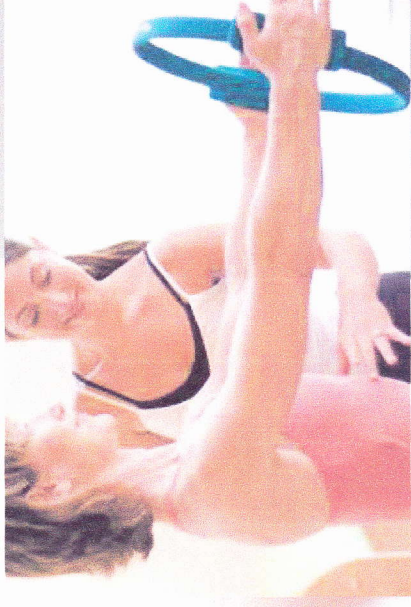
Imagine a motivating and fun exercise program that allows you to forget daily life and relax, while providing you with both physical and mental balance. Pilates offers all this and much more. A certified instructor will lead you during a one to one session or a small group lesson.

All the equipment used was developed by Joseph Pilates and made by “Balanced Body Inc”.



Imaginez un programme d'exercices qui vous motive, vous amuse, vous détend et vous procure une sensation de bien-être physique et mental. La méthode Pilates permet tout cela... Et bien plus !

Un professeur certifié vous la fera découvrir lors de cours particuliers ou de cours collectifs en petits groupes.
Les Équipements ont été développés par Joseph Pilates et produits par “Balanced Body Inc”.



Beeldt u zich een oefenprogramma in dat U motiveert, waar U plezier aan beleeft, dat U ontspant en U een lichamelijk en geestelijk welzijn bezorgt.

Met Pilates is het allemaal mogelijk... en nog veel meer.

Een gecertificeerde leraar laat het U ontdekken tijdens privélessen of kleine groepslessen.

De apparatuur werd ontwikkeld door Joseph Pilates en geproduceerd door “Balanced Body Inc”.

