

Better Belly

Methode

De methode is eenvoudig:

U gaat 3 keer per week 30 tot 45 minuten trainen voor een duur van minimaal 4 aaneengesloten weken. De eerste training wordt u gewogen en gemeten. Daarna gaat u 4 weken trainen en na deze periode wordt u nog 1x maal gemeten om het resultaat te bewonderen. Tijdens de training op de crosstrainer krijgt u een tailleband om met infrarood straling. Door de diepgaande werking van het infrarood in samenwerking met het bewegen, zal uw lichaam extra hard moeten werken om de warmte kwijt te raken. Doordat het infrarood diep doordringt in het lichaam, kan dit het vet aanspreken rondom uw organen. Het resultaat is dat u na 4 weken 1 tot 2 kledingmaten minder heeft! Indien gewenst kunt u deze periode verlengen met nog eens 4 tot 8 weken.

Positieve effecten

De vele positieve effecten op het lichaam met de Better Belly®:

- ⇒ Stimuleert de vetverbranding
- ⇒ Verhoogt het basaal metabolisme
- ⇒ Vermindert rugklachten
- ⇒ Ondersteunt het herstel
- ⇒ Bevordert soepele gewrichten en spieren
- ⇒ Voert afvalstoffen uit het lichaam
- ⇒ Helpt bij menstruatieklachten
- ⇒ Bevordert een goede nachtrust



Leden BM: € 10,- per week
Niet-Leden BM: € 20,- per week
(Minimaal 4 weken)