

# Floris FitFood

*Online diëtist en gecertificeerd personal trainer*

## ***Prijzenlijst***

 Bel of app mij: **06 - 288 03 612**

 Stuur een e-mail: **[info@florisfitfood.nl](mailto:info@florisfitfood.nl)**

## **Combipakket**

<b>1 maand: €119,95</b>	<b>3 maanden: €79,95 per maand</b>	<b>6 maanden: €59,95 per maand</b>	<b>12 maanden: €49,95 per maand</b>
Online intake formulier	Online intake formulier	Online intake formulier	Online intake formulier
1 intake gesprek (60 min)	1 intake gesprek (60 min)	1 intake gesprek (60 min)	1 intake gesprek (60 min)
1 maand online coaching	3 maanden online coaching	6 maanden online coaching	12 maanden online coaching
Dagelijks contact via whatsapp.	Dagelijks contact via whatsapp.	Dagelijks contact via whatsapp.	Dagelijks contact via whatsapp.
Persoonlijk voedingsadvies	Persoonlijk voedingsadvies	Persoonlijk voedingsadvies	Persoonlijk voedingsadvies
Variatielijst	Maandelijks aanpassen voedingsadvies	Maandelijks aanpassen voedingsadvies	Maandelijks aanpassen voedingsadvies
30 recepten voor ontbijt, lunch en diner	Variatielijst	Variatielijst	Variatielijst
Boodschappenlijstje	Iedere maand nieuwe recepten voor ontbijt, lunch en diner	Iedere maand nieuwe recepten voor ontbijt, lunch en diner	Iedere maand nieuwe recepten voor ontbijt, lunch en diner
Persoonlijk bewegadvies voor in de sportschool, buiten of thuis	Boodschappenlijstje	Boodschappenlijstje	Boodschappenlijstje
Kennis over voeding en bewegen	Maandelijks evalueren progressie	Maandelijks evalueren progressie	Maandelijks evalueren progressie
	Persoonlijk bewegadvies voor in de sportschool, buiten of thuis	Persoonlijk bewegadvies voor in de sportschool, buiten of thuis	Persoonlijk bewegadvies voor in de sportschool, buiten of thuis
	Maandelijks nieuw trainingsschema om het lichaam te blijven uitdagen.	Maandelijks nieuw trainingsschema om het lichaam te blijven uitdagen.	Maandelijks nieuw trainingsschema om het lichaam te blijven uitdagen.
	Kennis over voeding en bewegen	Kennis over voeding en bewegen	Kennis over voeding en bewegen

## Voedingspakket

<b>1 maand: €89,95</b>	<b>3 maanden: €59,95 per maand</b>	<b>6 maanden: €49,95 per maand</b>	<b>12 maanden: €39,95 per maand</b>
Online intake formulier	Online intake formulier	Online intake formulier	Online intake formulier
1 intake gesprek (60 min)	1 intake gesprek (60 min)	1 intake gesprek (60 min)	1 intake gesprek (60 min)
1 maand online coaching	3 maanden online coaching	6 maanden online coaching	12 maanden online coaching
Dagelijks contact via whatsapp.	Dagelijks contact via whatsapp.	Dagelijks contact via whatsapp.	Dagelijks contact via whatsapp.
Persoonlijk voedingsadvies	Persoonlijk voedingsadvies	Persoonlijk voedingsadvies	Persoonlijk voedingsadvies
Variatielijst	Maandelijks aanpassen voedingsadvies	Maandelijks aanpassen voedingsadvies	Maandelijks aanpassen voedingsadvies
30 recepten voor ontbijt, lunch en diner	Variatielijst	Variatielijst	Variatielijst
Boodschappenlijstje	Iedere maand nieuwe recepten voor ontbijt, lunch en diner	Iedere maand nieuwe recepten voor ontbijt, lunch en diner	Iedere maand nieuwe recepten voor ontbijt, lunch en diner
Kennis over voeding	Boodschappenlijstje	Boodschappenlijstje	Boodschappenlijstje
	Maandelijks evalueren progressie	Maandelijks evalueren progressie	Maandelijks evalueren progressie
	Kennis over voeding	Kennis over voeding	Kennis over voeding

## Sportpakket

<b>1 maand: €49,95</b>	<b>3 maanden: €34,95 per maand</b>	<b>6 maanden: €29,95 per maand</b>	<b>12 maanden: €24,95 per maand</b>
Online intake formulier	Online intake formulier	Online intake formulier	Online intake formulier
1 intake gesprek (45 min)	1 intake gesprek (45min)	1 intake gesprek (45 min)	1 intake gesprek (45 min)
1 maand online coaching	3 maanden online coaching	6 maanden online coaching	12 maanden online coaching
Dagelijks contact via whatsapp.	Dagelijks contact via whatsapp.	Dagelijks contact via whatsapp.	Dagelijks contact via whatsapp.
Persoonlijk beweegadvies voor in de sportschool, buiten of thuis	Persoonlijk beweegadvies voor in de sportschool, buiten of thuis	Persoonlijk beweegadvies voor in de sportschool, buiten of thuis	Persoonlijk beweegadvies voor in de sportschool, buiten of thuis
Kennis over trainen.	Maandelijks nieuw trainingsschema om het lichaam te blijven uitdagen.	Maandelijks nieuw trainingsschema om het lichaam te blijven uitdagen.	Maandelijks nieuw trainingsschema om het lichaam te blijven uitdagen.
Kennis over verschillende oefeningen	Kennis over trainen	Kennis over trainen	Kennis over trainen
	Maandelijks evalueren progressie	Maandelijks evalueren progressie	Maandelijks evalueren progressie
	Kennis over verschillende oefeningen	Kennis over verschillende oefeningen	Kennis over verschillende oefeningen