



Jan van der Heijden (60)
Vroeger was ik heel actief, maar toen we kinderen kregen gunde ik sporten geen tijd meer en dacht dat doe ik over een paar jaar wel weer. Gevolg was dat ik niet meer ben begonnen. Als ik later met mijn kleinkinderen wil spelen moet ik er nu echt iets gaan doen!

WEEK 1

fitlevel 01 gewicht kg 106,3 BMI 32,4
 stresslevel 46% vetpercentage 28% buikomtrek 112,5^{cm}



Marcel Bloemendal (45)
Samen met mijn vrouw run ik een eigen bedrijf. Doordat we daar veel tijd in steken zijn we vergeten tijd in ons lichaam te steken met als gevolg: overgewicht. Daardoor begin ik langzaam klachten te krijgen. Nu is het tijd om tijd vrij te maken voor mijn gezondheid, voordat het te laat is.

WEEK 1

fitlevel 01 gewicht kg 119,1 BMI 38,9
 stresslevel 20% vetpercentage 43,3% buikomtrek 122^{cm}



Ilona Bloemendal (42)
De laatste jaren heb ik langzaam maar zeker te veel overgewicht gekweekt. Duizenden excuses kon ik verzinnen om er niks aan te doen. Maar nu geen excuses meer en ga ik er wat aan doen! Door mee te doen hoop ik me beter te voelen en meer energie te krijgen!

WEEK 1

fitlevel 01 gewicht kg 73,2 BMI 30,4
 stresslevel 58% vetpercentage 31% buikomtrek 90^{cm}



Gilbert Bloemendal (43)
Ik bleef het bezoek brengen aan een sportcentrum maar uitstellen. Het gevolg was dat ik zwaarder en zwaarder werd en de drempel om te gaan nog hoger werd. Gelukkig krijg ik nu deze kans en die grijp ik met beide handen aan. Ik kies voor mijn gezondheid!

WEEK 1

fitlevel 01 gewicht kg 128,1 BMI 43,3
 stresslevel 64% vetpercentage 38% buikomtrek 133,5^{cm}

vivelli
 HEALTHCLUB
 sinds 1982

...een gezond leven start hier!

Deze vier deelnemers gaan samen met Vivelli Healthclub en de Maasdriehoek de uitdaging aan om in 12 weken tijd een zo gezond mogelijke levensstijl te ontwikkelen! 12 Weken lang gaan ze 'de weg naar gezondheid' volgen.



Vivelli viert haar 30ste verjaardag!



...en dat vieren we met twee geweldige aanbiedingen:

- onbeperkt € 34,95 per mnd*
- onbeperkt € 19,95 per mnd**

* INSCHRIJVEN VOOR DE JUBILEUMACTIE GELDT VOOR MINIMAAL 2 PERSONEN. OOK GELDIG VOOR VIVELLI LEDEN D.M.V. DE 'BRING A FRIEND' ACTIE. LET OP: BEPERKT AANTAL JUBILEUMLIDMAATSCHAPPEN BESCHIKBAAR! ** [16 t/m 23 jaar]

Vivelli inloopavonden:

Op maandag 16 januari, dinsdag 17 januari & donderdag 19 januari van 19.00 tot 21.00 uur

U word ontvangen met een kopje koffie en naast een rondleiding en uitleg kunt u ook de groepslessen met onze topinstructeurs bekijken.

Kom langs en overtuig u zelf!