

## Wie ben ik?

Categorie : Over Ons

Gepubliceerd door [Admin](#) op 1/1/1970

Mijn naam is Ronald van Langen , Personal Trainer/coach

Ik werk op dit moment met verschillende klanten met verschillende doelstellingen van afvallen tot medische klachten. Ik vind het uitdagend om klanten te helpen hun persoonlijke doelen te behalen. Mijn bedrijf staat voor het 1 op 1 vakkundig en professioneel begeleiden van mijn klanten en het behalen van hun doelen.

Opleidingen:

- Â· Fitness trainer A. (Fitvak)
- Â· Personal trainer.(Fysio Physics)
- Â· BHV.EHBO

Personal Trainer:

Afgestudeerd Sport & Beweging instructeur met als specialiteit fitness/ kracht en conditietraining alsmede personal training.

Mijn passie om mensen te trainen en te begeleiden op hun eigen niveau vind ik super.

Trainingen kunnen ook bij u in uw omgeving plaatsvinden of in de buitenlucht.

Daarbij kunt u denken aan diverse trainingen bij u thuis of op het werk, fietsen, joggen, wandelen in de buitenlucht.

Mijn specialiteiten op het gebied van begeleiding en training zijn:

- Â· Revalidatietraining
- Â· Looptraining
- Â· Circuit training
- Â· Krachttraining
- Â· Fitnesstraining
- Â· Core stabiliteitstraining
- Â· coaching

Afval trainingen ( denk hierbij aan voedings aanbevelingen en persoonlijke trainingsschema's)



U kunt mailen of bellen  
Tel: +31 (0)6.40.04.13.94  
Met sportieve groeten

Ronald van Langen