










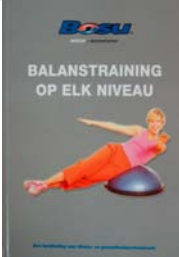




1. BOSU®

1.1. BOSU® Balanstrainer & Accessoires

	<p>BOSU® Balanstrainer PRO Het ultieme middel om balans te trainen. De BOSU® Balanstrainer motiveert mensen tot actief trainen: van gedoseerde core stability training, tot “knallende” powerjumps, in personal training of groepsles.</p>	<p>350010</p>	
	<p>BOSU® opbergrek voor Balanstrainers Vervoert en bergt tot 14 gebruiksklare BOSU® Balanstrainers efficiënt op. De kar is gemaakt van duurzaam staal, heeft ijzersterke wielen die geen sporen achterlaten en past door een standaard deur. Afmeting: l x b x h: 65 x125 x 210 cm.</p>	<p>358500</p>	
	<p>BOSU® Balanstrainer Home Edition De BOSU® Balanstrainer Home Edition is speciaal voor verkoop aan cliënten/patiënten die thuis gebruik willen maken van de BOSU® Balanstrainer. De Home Edition wordt geleverd met een pomp, handleiding en een 30 minuten durende workout video waarin o.a. aerobic en krachttraining en natuurlijk balansttraining aan bod komen.</p>	<p>350020</p>	
	<p>BOSU® Complete Workout System Stap voor stap formule voor het verantwoord samenstellen van een les. Deze handige draagmap bevat:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 5 workout DVD's: Core, Upper body, Lower body, Circuit, Total body. - 5 oefenkaarten met een 30 min. programma - 5 oefenkaarten met een 15 min. programma - programma handleiding Engelstalig 192 pagina's - Muziek CD 12 tracks, 60 min. 	<p>358300</p>	
	<p>BOSU® Weights Zachte gewichten van BOSU®.</p>	<p>350110 4 Lbs</p>	
			



1.3 BOSU® DVD's en boeken

	<p>BOSU® boek Balanstraining op elk niveau In dit trainingshandboek staan de wetenschappelijke principes en theorieën met betrekking tot functionele balans- en stabiliseringstraining. Het bevat ook praktische analyses van meer dan 100 verschillende oefeningen en stretch oefeningen; 120 pagina's.</p>	<p>358015</p>
	<p>BOSU® DVD's: PRO series Inspirerende ideeën voor oefenprogramma's voor zowel groepsfitness als personal training.</p>	<p>358020 Equilibrium 358030 Core Synergy 358040 Total Sports Conditioning 358050 Reactive Strength and Power 358060 Cardio Fusion 358070 Strength & Athletic conditioning for Personal Trainers</p>
	<p>BOSU® DVD's: workout series Voorbeelden van complete workouts.</p>	<p>358230 Integrated Balance Training 358080 Absolutely ABS 358090 Long & Lean 358100 Calorie Combustion</p>
	<p>BOSU® DVD's: sport specifiek Een uitdaging voor beginner tot atleet met workouts voor acht specifieke sporten.</p>	<p>358110 Baseball & Softball 358120 American Football 358130 Tennis 358140 Hockey 358150 Voetbal 358160 Basketball 358170 Golf 358180 Ski & Snowboarding</p>
	<p>BOSU® DVD's: Stott Pilates Verkrijgbaar in twee edities. Geeft de mogelijkheden weer om BOSU® Balanstrainer te integreren in Pilates training.</p>	<p>358190 Essential BOSU® 358200 Intermediate BOSU®</p>

1.4 BOSU® Balanstrainer studiosets en opleidingen



BOSU® Balanstrainer studioset 1

- 14 BOSU® Balanstrainers
- 1 Opbergkar
- 1 Professioneel instructie boek
- 1 Complete workout system
- 6 DVD's (Pro Series)
- 1 Complete Pr-set



BOSU® Balanstrainer studioset 2

- 28 BOSU® Balanstrainers
- 2 Opbergkarren
- 1 Professioneel instructie boek
- 2 Complete workout systems
- 6 DVD's (Pro Series)
- 1 Complete Pr-set

BOSU® Balanstrainer Certificatie Voor fitnessinstructeurs, personal trainers, fysiotherapeuten en oefentherapeuten. BOSU® Balanstrainer Certificatie is alles wat trainers en fysiotherapeuten nodig hebben om een goede start te maken met de BOSU® Balanstrainer. Iedere deelnemer ontvangt een BOSU® Complete Workout System. Deze geeft u een goed beeld van de vele oefeningen en combinaties die mogelijk zijn. De behandelde stof is direct in de praktijk toe te passen bij o.a. Personal Training, sportspecifieke training, fysiotherapie en groepslessen.

BOSU® Functional Training Voor fysiotherapeuten en oefentherapeuten. BOSU® Functional Training is een verbreding van de toepasbaarheid van de BOSU® Balanstrainer voor gecertificeerde fysiotherapeuten / trainers. Deze 6 uur durende opleiding biedt handvaten om een maximaal rendement uit balanstraining te halen.

BOSU® Group Training Voor fitnessinstructeurs en personal trainers. BOSU® Group Training is het vervolg op de BOSU® Certificatie. Deze 6 uur durende opleiding is voor gecertificeerde BOSU® trainers die de BOSU® Balanstrainer in groepsverband willen inzetten. Zij leren krachttraining, cardiotraining en de belangrijkste randvoorwaarden op de BOSU® Balanstrainer toe te passen. Kortom een multi-level-system met gegarandeerd succes.

Functioneel trainen met Thera-Band® & BOSU® Voor fitnessinstructeurs, personal trainers, fysiotherapeuten en oefentherapeuten. Tijdens deze workshop ervaart u hoe het gebruik van oefenmateriaal uw behandeling uitdagender en effectiever maakt. De begrippen "core stability" en "kinetic chain movement" vormen de basis voor de vertaalslag van oefening naar vaardigheid. Deze 6 uur durende workshop biedt de (sport)fysiotherapeut en personal trainer inzicht in de toepassingsmogelijkheden van verschillende oefenmaterialen in functionele trainingsvormen:

- Thera-Band® Exercise Station, Band en Ball, Stability Trainers
- BOSU® Balanstrainer en Ballast Ball

De workshop is dynamisch en interactief. Er is voldoende ruimte om praktische vaardigheden te oefenen en ervaringen uit te wisselen.

Inhouse Training

Alle workshops en workouts kunnen ook bij u op locatie gegeven worden, waarbij er accenten naar wens gelegd kunnen worden. Datum en tijdsduur in overleg. Vraag naar de voorwaarden. Bel 046-449 6100 of mail: info@meijers.com