

Testimonial Christa Debruyne

Voor mij is het biocircuit een extra stimulans om te trainen! Een goed onderbouwd en verantwoord parcours waar ik zowel op kracht als op conditie kan oefenen.

Trouwens ook een ideaal circuit om als ik weinig tijd heb, toch een halfuurtje gevarieerd te kunnen trainen.

Daarnaast voor mij ook de perfecte warming up, voorafgaand aan de yoga en de bodybalance, waar ik mijn spieren en bindweefsel een welverdiende stretchbeurt kan geven.

Dus het biocircuit is TOP!

Groetjes

Christa