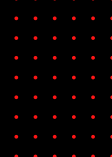


*Ontdek hier de **7** grootste fouten
bij het kiezen van een personal
trainer*



DELDA SPORT
PERSONAL TRAINING





FOUT 1: DE GOEDKOOPSTE PERSONAL TRAINER ZOEKEN

Iedereen mag zich personal trainer noemen.

Officieel is er geen opleiding nodig. Kijk dus goed of de personal trainer die jij op het oog hebt alle diploma's heeft om jou goed te begeleiden.

Je vertrouwt iemand wel jouw gezondheid toe.

“When you pay peanuts, you get monkeys”

De goedkoopste personal trainer kiezen kan voor jou erg onvoordelig uitpakken. Bedenk dat een goedkope personal trainer heel veel uren moet werken om een redelijk inkomen bij elkaar te krijgen.

De kans is groot dat je daardoor niet de 1-op-1 aandacht krijgt die je nodig hebt en ook buiten de sessies om zal de trainer weinig tijd hebben om je ondersteuning te bieden.





FOUT 2: DE TRAINER DIE MET ÉÉN PROGRAMMA IEDEREEN KAN HELPEN

Ieder mens is anders. Daarom is er geen one size fits all oplossing als het gaat om gezondheid en sporten.

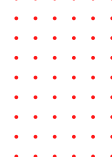
Een personal trainer die beweert met één programma iedereen te kunnen helpen, wat je doel ook is? Dat is geen specialist.

Bij Delda Sport kijken we elke dag samen naar jouw belangrijkste uitdagingen.

Wij begrijpen wat je wilt bereiken en zorgen dat je in korte tijd al een enorm merkbaar verschil voelt in gezondheid en fitheid. Dat motiveert!

Het gezonde gewicht of die gezonde leefstijl waar je van droomt, bereik je niet met alleen sporten.

Daarom gaan we samen met onze professionals jouw ideale lifestyle creëren. Elke training wordt speciaal afgestemd op jouw niveau, conditie en doelen.




FOUT 3: NIET KIJKEN NAAR DE RESULTATEN


Een goede personal trainer heeft een ruim portfolio opgebouwd met de resultaten van zijn klanten.


Er is geen beter bewijs dan reviews en getuigenissen. Kijk hier dus altijd naar als je een personal trainer zoekt. Welke resultaten heeft hij al bereikt?

Hoe tevreden zijn de klanten?

Een personal trainer kan 100 keer vertellen hoe goed hij is, de resultaten zijn het ultieme bewijs.

klanten vertellen 

Nederlands  DELDA SPORT



21 beoordelingen in de laatste 12 maanden
100% beveelt ons aan

Reviews voor Delda Sport

Totaal score	9,5
Totaal aantal beoordelingen	103
Beveelt ons aan	100%
Aantal keer bekeken	1.479
Deskundigheid	★★★★★
Kwaliteit	★★★★★
Resultaat	★★★★★
Communicatie	★★★★★

[Beoordeel ons >](#)



FOUT 4: DIRECT EEN PAKKET KOPEN

je bent enthousiast om te beginnen, dus je koopt meteen een pakket.

Om er daarna achter te komen dat het eigenlijk helemaal niet klikt met de trainer of dat de trainingen helemaal niet bij je passen. Zonde van je tijd en geld.

Het is slim om te kijken of het klikt met je personal trainer.

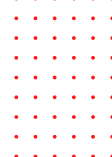
Daarom bieden we een gratis intake aan, zodat je rustig kunt kennismaken.

Je krijgt inzicht in onze methode en pas als jij overtuigd bent en enthousiast om aan de slag te gaan, plannen we een proeftraining in.

Doe ook gerust een proefles bij 1 of 2 andere sportscholen, dan kun je goed vergelijken. Kies de sportschool waar jij het beste gevoel bij hebt.

Bij ons team van bijna 20 personal trainers kun je sowieso een aantal proeflessen volgen om te zien welke trainer het beste bij jou past.





FOUT 5: EEN PERSONAL TRAINER ZONDER SPECIALISATIE

Je wilt het liefste een trainer die veel ervaring heeft. Dan weet je zeker dat elke training uitdagend en afwisselend wordt.

Bij Delda Sport vind je een topteam van personal trainers, elk met hun eigen achtergrond en ervaring.

Eén ding hebben ze gemeen: ze hebben elk hun eigen specialiteit. Dus we zoeken aan de hand van jouw doelstellingen de meest ideale trainer voor je uit.

In ons team van 18 gediplomeerde personal trainers vind je altijd een personal trainer met wie het klikt en die jou kan motiveren.

Op deze manier garanderen wij een breed scala aan vaardigheden en specialismen.

Elke training wordt een feestje door onze unieke combinatie van verschillende oefeningen.

Delda Sport Personal Training Landsmeer - Amsterdam

Zuideinde 74-N, Landsmeer

5,0 ★★★★★ 56 reviews

Reviews zijn niet geverifieerd. ⓘ



Ingrid Hulsen

3 reviews

★★★★★ 7 maanden geleden

Positief: Communicatie, Kwaliteit, Professionaliteit

Wie mij 3 jaar geleden had verteld dat ik 3x per week zou gaan trainen had ik voor gek verklaard, toch is dat wat ik nu zo'n 3 jaar doe bij Delda Sport. Wat voor mij werkt is dat de sfeer is fijn is, er aardige en relaxte trainers werken en de trainingen pittig en afwisselend zijn. Daardoor ga ik graag en blijf ik fit en gezond.



FOUT 7: DENKEN NA 5 OF 10 TRAININGEN KLAAR TE ZIJN

Krijg je bij een personal trainer een pakket van 5 of 10 lessen aangeboden? Wat denk je in die tijd te kunnen bereiken?

Je neemt een belangrijke beslissing over je gezondheid en fitheid. Dit vraagt om een langetermijnstrategie.

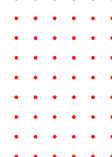
Met goede begeleiding kan je transformatie snel gaan, maar er is een redelijke termijn nodig om deze leefstijlverandering op gang te brengen.

Met de 8 weken challenge van Delda Sport zien we verbluffende resultaten, maar het is natuurlijk wel de bedoeling dat je ook na deze 8 weken doorgaat met je gezonde leefstijl.

Wil je echt een verschil gaan maken in je leven, dan wordt je trainingsroutine onderdeel van je leven. Dat is bij Delda Sport geen straf.

Wij maken sporten verslavend leuk, zodat je elke keer uitkijkt naar je volgende training.

Ben je nieuwsgierig geworden?



FOUT 6: VERGETEN DE PERSONAL TRAINER TE CHECKEN IN GOOGLE

Google weet alles tegenwoordig. Dus heb je een personal trainer op het oog? Vraag eens wat Google ervan vindt.

Een fatsoenlijke en gerenommeerde personal trainer zal in deze tijd volop te vinden zijn via Google.

Je ziet in één oogopslag zijn blogs, reviews, aanbevelingen, video's en interviews. Zo weet je meteen wat je kunt verwachten. Dat is een mooie eerste kennismaking.



Danny Delvers



LAATSTE EN BESTE TIP VOOR HET VINDEN VAN JOUW DROOMTRAINER!

Bedankt voor het downloaden van dit e-book. Wij hopen dat je met deze richtlijnen jouw perfecte personal trainer gaat vinden die jou gaat helpen met het behalen van jouw doelstellingen.

Als laatste en beste tip die wij jou kunnen meegeven: Ga niet met de eerste de beste trainer aan de slag, maar doe een proefsessie bij 2 of 3 verschillende personal trainers en kijk bij welke trainer jij het beste gevoel hebt.

Succes!

Sportieve groet,

Danny Delvers
Founder Delda Sport Personal training