

LMNTS® health & lifestyle studio is een actief samenwerkingsverband van ervaren en gedreven gecertificeerde professionals. Wij delen een missie en hebben de ambitie om jou te helpen om aan je fysieke en mentale gezondheid te werken. We begeleiden je bij het behalen en vooral behouden van je doelstellingen, zodat je energiever en fitter in het leven staat en meer voldoening uit je dag kunt halen. Wij gaan hierbij altijd voor duurzaam resultaat!

## LIFESTYLE & MINDSET COACHING

Een gezonde leefstijl aanhouden lukt alleen als je kijkt naar het complete plaatje van je mindset, voeding, nachtrust, ademhaling, immuunsysteem, stressniveau, de hoeveelheid beweging en de aanleiding voor het maken van bepaalde keuzes. Dat is waar wij je bij gaan helpen. In dit coachings-traject pakken we al deze domeinen aan. De beste investering die je kunt doen is die in jezelf. Te beginnen met je gezondheid, want dat is de basis!

**YOUR LMNTS FOR LIFE 1**

€ 135  
PER CONSULT

**YOUR LMNTS FOR LIFE 4**

€ 125  
PER CONSULT | 4 WEKEN | € 500

**YOUR LMNTS FOR LIFE 8**

€ 120  
PER CONSULT | 8 WEKEN | € 960

Wil je ook PT of meedoen aan de Small Group Trainingen?

Dat kan tegen gereduceerd tarief!

Optie: betaling in 2 termijnen

**LMNTS® health & lifestyle studio**  
Juliana van Stolberglaan 248  
2595 CN Den Haag  
T 06 247 06 621  
App 06 19 00 89 79  
welkom@studio-lmnts.nl  
www.studio-lmnts.nl  
Bank: NL39 RABO 0159 9574 94  
KvK: 51611120  
BTW: NL002062304B93  
Incassant ID: NL51ZZZ516111200000

## PERSONAL TRAINING

**PERSONAL TRAINING 45**

NEEDS BESEIN

VANAF € 225  
€ 60 PER TRAINING | PER MAAND

1x per week | € 225 p/m | 12 termijnen  
2x per week | € 450 p/m | 6 termijnen  
3x per week | € 900 p/m | 3 termijnen

**PERSONAL TRAINING 30**

VANAF € 350  
€ 70 PER TRAINING | PER MAAND

1x per week | € 350 p/m | 6 termijnen  
2x per week | € 700 p/m | 3 termijnen  
3x per week | € 1050 p/m | 2 termijnen

**PERSONAL TRAINING 15**

VANAF € 425  
€ 85 PER TRAINING | PER MAAND

1x per week | € 425 p/m | 3 termijnen  
2x per week | € 637 p/m | 2 termijnen  
3x per week | € 1275 p/m | 1 termijn

Wil je ook meedoen aan de Small Group Trainingen?

Dat kan tegen gereduceerd tarief!

## OVERIGE INFO

Met LMNTS blocks en Add ons stel je je eigen abonnement samen.

Prijzen zijn inclusief btw.

Geen inschrijfgeld.

Abonnementen worden niet stilzwijgend verlengd.

Betaling via automatische incasso, tenzij anders afgesproken.

Gratis account in de LMNTS® App, waar je je dient in- en uit te schrijven op de trainingen.

Op alle diensten en producten zijn de algemene voorwaarden van kracht. Deze zijn te vinden in de App en op onze website.

### Heb je nog vragen?

Stel ze aan één van onze trainers, mail naar [welkom@studio-lmnts.nl](mailto:welkom@studio-lmnts.nl) of app naar 06 19 00 89 79.

## DUO PERSONAL TRAINING

**DUO PERSONAL TRAINING 45**

NEEDS BESEIN

VANAF € 300  
€ 80 PER TRAINING | TOTAAL PER MAAND

1x per week | € 300 p/m | 12 termijnen  
2x per week | € 600 p/m | 6 termijnen  
3x per week | € 1200 p/m | 3 termijnen

**DUO PERSONAL TRAINING 30**

VANAF € 500  
€ 100 PER TRAINING | TOTAAL PER MAAND

1x per week | € 500 p/m | 6 termijnen  
2x per week | € 1000 p/m | 3 termijnen  
3x per week | € 1500 p/m | 2 termijnen

**DUO PERSONAL TRAINING 15**

VANAF € 600  
€ 120 PER TRAINING | TOTAAL PER MAAND

1x per week | € 600 p/m | 3 termijnen  
2x per week | € 900 p/m | 2 termijnen  
3x per week | € 1800 p/m | 1 termijn

Wil je ook meedoen aan de Small Group Trainingen?

Dat kan tegen gereduceerd tarief!

## SMALL GROUP TRAINING

**SMALL GROUP TRAINING FLOW**

NEEDS BESEIN

€ 85  
JAARABONNEMENT | PER 4 WEKEN

**SMALL GROUP TRAINING FOREVER**

€ 95  
PER 4 WEKEN

**SMALL GROUP TRAINING CREDITS**

€ 110 | € 250  
10 CREDITS | 25 CREDITS

## VRIJ TRAINEN

**VRIJ TRAINEN**

€ 55  
PER 4 WEKEN

**VRIJ TRAINEN CREDITS**

€ 90  
10 CREDITS

## BEDRIJFSFITNESS

LMNTS® is ook aangesloten bij Bedrijfsfitness Nederland, BenVitaal, bedrijfsfitnessabonnement.nl en High Five Fit. Mocht je gebruik willen maken van onze diensten via een andere bedrijfsfitnessorganisatie, neem dan even contact met ons op! Stuur een mail naar [welkom@studio-lmnts.nl](mailto:welkom@studio-lmnts.nl) of app naar 06 19 00 89 79.

## ADD ONS

**(DUO) PERSONAL TRAINING PER TRAINING**

€ 90 | € 130  
PERSONAL TRAINING | DUO PERSONAL TRAINING

**BLESSURE BEHANDELING**

€ 60  
PER BEHANDELING

**INBODY METING**

€ 30  
PER METING

**PHP METING**

€ 30  
PER METING

**TRAINSHEMA VRIJ TRAINEN**

€ 15  
PER SCHEMA