

PUUR

**PERSONAL
TRAINING**

**Appelmarkt 13
Zwaagdijk-Oost
Tel: 06-24123939
Email: roene@puur-pt.nl**

HYROX BIJ PUUR PT

ZONDAG 8 OKTOBER

10:00 tot 14:00 uur



De test bestaat uit:

- 1 km hardlopen**
- 50 burpee broad jumps**
- 100 lunges**
- 1000 meter roeien**
- 50 push ups**
- 100 wall balls**

HYROX is een unieke indoor fitnesscompetitie die natuurlijke oefeningen combineert met hardlopen.

Tijdens het Hyrox event bij Puur PT maak je kennis en wordt je klaargestoomd om met een officieel HYROX event mee te doen. Maximum Lifestyle zal deze dag ook aanwezig zijn om ons te voorzien van shakes en informatie hierover.

Doe je mee? Je hoeft geen lid te zijn van Puur PT.

Aanmeldcode via Roene

Na afloop
proosten we
op de
verjaardag van
Jason!