

WELKOM BIJ BALANCE!

The place to be als het gaat om training, voeding en coaching. Dit kan bij Balance zowel 1 op 1 in de [Personal Training](#) als in kleine groepjes in de [Small Group Training](#) , op elk gewenst niveau, van beginner tot topsporter. Iedereen is welkom!

Nieuws:

Balance gaan uitbreiden naar de Côte d'Azur! Begin 2016 openen wij de deuren van Villa Balance. Een villa waar je intern kunt verblijven om af te slanken, te shapen en waar je leert je leefstijl blijvend te veranderen. Lees er alles over op www.villabalance.com

Imro is Europees Kampioen Natural Bodybuilding 2015!

nieuwsbericht d.d. 3 november 2015:

Het Balance Dreamteam opnieuw in de prijzen!

Het atletenteam van Balance Personal Training uit Zeist heeft weer toegeslagen afgelopen week. En hoe! Zij wonnen in 1 week tijd een wereldtitel en een Europese titel!

Het afgelopen weekend reisde Balance coach Sandra van de Kamp met topatleet in de natural bodybuilding Imro Beuk (46 jaar) en nieuwkomer in de bikini-fitness Larissa van Meerten (21 jaar) af naar Bologna in Italië voor de Europese Kampioenschappen van de INBA (International Natural Bodybuilding Association). Imro won bij deze bond vorig jaar al de wereldtitel. De Europese titel ontbrak alleen nog. Hij deed mee in 2 categorieën: de leeftijdsklasse Masters boven 40 jaar en de lengteklasse Bodybuilding Men boven 180cm. In de eerste categorie, de Masters, wist hij al een prachtige 3e plek te bemachtigen in een ijzersterke line-up, een hele prestatie. In zijn lengteklasse, die pas in de avond was, verscheen Imro in zijn beste shape ooit

en versloeg ze allemaal. Inclusief de atleet die in de ochtend nog van hem gewonnen had! Hij pakte het Europese goud! Larissa deed mee in de categorie bikini-fitness. Het was haar eerste wedstrijd over de grens. Larissa is dit jaar begonnen met wedstrijden onder de begeleiding van Balance en 1 week voor dit EK won zij al een wereldtitel op de WBBF Grandprix in Maastricht! Met deze titel op zak, nam het Balance team haar vol vertrouwen mee naar het EK. In een gigantisch sterke line-up van prachtige ervaren dames, wist zij zich heel goed staande te houden en kan zij trots thuiskomen met een 7e plaats en een geweldige ervaring rijker. Dit jonge talent heeft begin dit jaar een vaste plek binnen het Balance Dreamteam gekregen en we zullen nog veel van haar gaan horen!

Kijk op de Balance [Facebookpagina](#) voor meer foto's, video's en updates van de wedstrijd.