

Beach Resort Lifestyle Makkum is gespecialiseerd aanbieder van fysiotherapie, fitness, sport- en beweegprogramma's, revalidatieprogramma's en health.

De fysiotherapeuten, sportinstructeurs en coaches van Lifestyle staan klaar om u te begeleiden in het bereiken van uw fysieke doelen op het gebied van gezondheid en wellness. Beach Resort Lifestyle beschikt over een breed scala van moderne trainings- en revalidatiefaciliteiten. Beweegprogramma's worden aangeboden in de breedste zin van het woord, individueel of in groepsverband.

Fitness & Sport

Vrije fitness	Maandag	08.30 - 21.30
	Dinsdag	08.30 - 12.30 18.30 - 21.30
	Woensdag	08.30 - 17.00
	Donderdag	08.30 - 21.30
	Vrijdag	08.30 - 12.30
	Zaterdag	08.30 - 12.30
	Zondag	gesloten

Beweeggroepen

Diabetes	Woensdag	14.00 - 15.00
	Vrijdag	10.30 - 11.30
COPD	Dinsdag	10.00 - 11.00
	Donderdag	10.00 - 11.00
Medical Fitness	Maandag	14.00 - 15.00
	Donderdag	13.00 - 14.00

Activiteiten

Spinning	Maandag	19.00 - 20.00
		20.00 - 21.00
	Woensdag	09.00 - 10.00
		Donderdag
WOW	Elke dinsdag	vanaf 09.00
Powerkids	Maandag	16.00 - 16.45



Fysiotherapie; waaronder

- (Sport) Blessures
- Lichaamshouding (combinatie advies Fysio/Fitness)
- Sportmassage
- Kinderfysiotherapie
- COPD/Diabetes/Slaapapneu
- Medical Taping
- Oncologische fysiotherapie
- Andere fysieke klachten

Maandag	08.30 - 17.30 & 18.30 - 21.30
Dinsdag	08.30 - 12.30 & 18.30 - 21.30
Woensdag	08.30 - 16.00
Donderdag	08.30 - 17.30
Vrijdag	08.30 - 18.00



Meer info / Contact



0515 - 23 15 51



info@lifestyle-makkum.nl



www.facebook.com/
beach-resort-lifestyle