

WE ARE ENFORCE

How fit and healthy do you really feel? If you are like most people, we bet that you are struggling with your balance in life.

That it's sometimes hard to keep going and that you hardly have time for yourself.

An unhealthy lifestyle is far more than just being overweight.

You are more susceptible to illness, you become self-conscious, experience fear and live a mediocre life.

The power to change lies within you and this takes effort.

Have the strength to recognise this and to work on yourself.

You will grow and become the most powerful version of yourself, the real you.

Stop postponing your goals, all it does is take a lot of time and make you frustrated.

HIGH-END TRAINING & COACHING

Our high end programmes and events use physical workouts, intelligent nutrition and powerful coaching to help you regain control and balance.

Through our 'pro' programmes, we help you get your life and your business to the next level. Experience the #enforceeffect and own your life, business, body and mind.

WORKING ON YOUR BODY DURING YOUR STAY AT SAPPHIRE HOUSE ANTWERP

Yes, you can! Please visit our studio on the -1 level.

Hotel guests can train without an Enforce mastertrainer **free of charge** at all hours of the day.

You can enlist the services of an Enforce mastertrainer for training in small group sessions and/or 1 on 1 training.

Check our weekly schedule and rates for small group and/or 1 on 1 training.

1 on 1 training (Personal Training) can be scheduled at your convenience.

TRAINING WITH GUIDANCE OF AN ENFORCE MASTERTRAINER

#1: Enforce voucher	Small Group Training (one time only)	no charge
#2: Enforce Stay Fit	1 week unlimited Small Group Training	€ 25,00
#3: Enforce Stay Pro	2 x Personal Training + unlimited Small Group Training (1 week)	€ 82,50
#4: Enforce Stay Master	4 weeks Personal Training	€ 325,00

SMALL GROUP TRAINING DAY'S & TIME SLOTS



SCAN ME

RESERVATIONS

SMS or Whatsapp: +32 4 888 21 283

**YOUR
BODY IS A
PRECIOUS GEM.
LET'S WORKOUT
AND SHINE!**

#ENFORCEYOURSELF



& ENFORCE
ANTWERPEN

SAPPHIRE HOUSE
ANTWERP

AUTOGRAPH COLLECTION®
HOTELS

WIJ ZIJN ENFORCE

Wij weten als geen ander hoe je je voelt en hoe ingewikkeld het lijkt om te veranderen. Maar het lukte ons ook, the Enforce way. We zijn er!

We zijn er om jou te leren in charge te zijn en te kiezen voor wat echt belangrijk voor je is. En dat is niet ingewikkeld.

De kracht van verandering zit gewoon in jezelf. Je bent niet zoals je bent en het is niet goed zoals het is. Work for it! Heb het lef om te kiezen voor jezelf, voor groei en word de meest krachtige versie van jezelf.

Stop met het uitstellen en het vertragen van je doelen, het frustreert en kost een shitload aan tijd.

HIGH-END TRAINING & COACHING

Met onze high-end programma's en events zetten we fysieke workouts, slimme voeding en krachtige coaching in om jou te helpen in control en in balans te zijn. We helpen je om je leven en in onze "pro" programma's ook je business naar het volgende level te tillen. Ervaar het #enforceeffect en own your life, business, body and mind!

WERKEN AAN UW LICHAAM TIJDENS UW VERBLIJF IN SAPPHIRE HOUSE ANTWERP

Dat kan! U vindt ons op de benedenverdieping in het hotel!

Hotelgasten kunnen zonder Enforce mastertrainer **gratis** op elk uur van de dag trainen.

U kunt er ook voor kiezen tegen betaling onder deskundige begeleiding van een Enforce mastertrainer te trainen in een small group training of 1 op 1 training.

Hiernaast vind u de tarieven en het rooster met daarin de doordeweekse dagen en tijdstippen waarop de small group trainingen plaatsvinden.

1 op 1 training (Personal Training) kan worden gereserveerd op een dag en tijdstip naar uw keuze.

TRAINEN ONDER BEGELEIDING VAN EEN ENFORCE MASTERTRAINER

#1: Enforce voucher	Small Group Training (éénmalig)	gratis
#2: Enforce Stay Fit	1 week onbeperkte Small Group Training	€ 25,00
#3: Enforce Stay Pro	2 x Personal Training + onbeperkt Small Group Training (1 week)	€ 82,50
#4: Enforce Stay Master	4 weken Personal Training	€ 325,00

SMALL GROUP TRAINING DAGEN & TIJDSTIPPEN



SCAN MIJ

RESERVEREN

SMS of Whatsapp: 04 888 21 283

**YOUR
BODY IS A
PRECIOUS GEM.
LET'S WORKOUT
AND SHINE!**
#ENFORCEYOURSELF



ENFORCE
ANTWERPEN

SAPPHIRE HOUSE
ANTWERP

AUTOGRAPH COLLECTION®
HOTELS