



**2300 instructeurs en clubleden werken zich in het zweet**

# GENIETEN OP MAGISCH MEGAKWARTAAL **VAN LES MILLS**

Vrijdag 26 en zaterdag 27 oktober vond voor de dertiende keer het Les Mills Megakwartaal plaats in NK Koningshof in Veldhoven. Dit jaar stond het event in het teken van 1001 nacht. Bijna 2300 instructeurs en clubleden uit vooral Nederland en België hebben twee dagen lang genoten van de nieuwste releases van de Les Mills programma's, inspirerende workshops en spectaculaire optredens van de internationale presenters Bevan James Eyles, Isabell Schruf, Ben Main, Emma Barry, Bas Hollander en het National Trainer team.

langrijk doel het bijscholen van de instructeurs. Door een experience event als het Megakwartaal raken instructeurs (opnieuw) geïnspireerd, gemotiveerd en geïnformeerd. Zij nemen de learnings tot zich en implementeren dit weer in hun eigen lessen waardoor zij een nog betere Les Mills beleving neerzetten.

**N**H Koningshof werd omgetoverd tot een magische omgeving met zalen als The Grand Palace, Treasure Cave, Arabian Market en Sultans Lounge. Dit jaar was het Les Mills Megaquarterly nog spectaculairder dan de vorige edities met immersive

fitness en de nieuwste snufjes op het gebied van licht en geluid.

#### **Inspiratie, motivatie en informatie**

Buiten dat het Megakwartaal een grote beleving is voor instructeurs en leden, is een be-

Onder clubleden vergroot het de teamspirit en leidt het tot een sterke binding met de club. Door het boosten van de beleving én het verbeteren van de skills, blijven Les Mills instructeurs gemotiveerd en geven zij de beste kwaliteit groepslessen aan de leden. Dit zie je terug in het plezier van de clubleden, waar-



#### Enkele cijfers over het Les Mills Megakwartaal

- Dit jaar stonden er 109 BODY BIKES op het Megakwartaal en 750 MBX matjes
- Er werd totaal 59 uur en 40 minuten lesgegeven
- In totaal waren 279 crew members aanwezig
- De voorbereiding van het Megakwartaal heeft 235 dagen in beslag genomen
- Er was 306 m<sup>2</sup> aan podium, 456 lampen, 16 zalen en 5325 meter kabel

door deze doelgroep langdurig gemotiveerd en geïnspireerd wordt en blijft.

#### Les Mills Arabian Night Party

Traditiegetrouw wordt het Megakwartaal afgesloten met een legendarische party: dit keer een Les Mills Arabian Night party. Geweldig om te zien hoeveel instructeurs hun creativiteit de vrije loop lieten en zich verkleedden als bijvoorbeeld een Arabische prins, een buikdanseres of een fakir.

#### Bezoekers aan het woord

Instructeur Martijn Lieben: "Hoogtepunt dit jaar was THE TRIP met Bas Hollander en Dennis Toppin. Als je aan het einde van de dag denkt van 'ik ben gesloopt, het is klaar' dan kan je in THE TRIP, waarbij alles samen komt (trainers, beeld

& geluid), toch nog meer uit jezelf kan halen dan je denkt. Echt super tof!"

Instructeur Maud Grond: "Het is altijd weer een feest als je door de gangen van het NH Koningshof loopt. De sfeer was volop aanwezig, de zalen en podia zagen er strak uit en het trainersteam was on fire! Een weekend waar de passie voor sport, de Les Mills workouts en being part of the tribe centraal staan. Genoeg afgezien, maar nog meer genoten!"

National Trainer Melroy Oostra: "Het is een unieke mix tussen sporten, educatie en heel veel fun. Een echte beleving die je maar één keer in het jaar kunt meemaken."

