

HET SUCCES VAN DE XCO®-TRAINER

De XCO®-trainer bestaat al ruim 17 jaar en de populariteit van de buis neemt nog steeds jaarlijks toe. Zeker nu de XCO®-trainer de verbinding legt tussen het aanbod in jouw sportschool en de trainingen die de consument thuis kan volgen. Wat zorgt ervoor dat de welbekende XCO®-buis zo succesvol is?

Ontworpen in samenwerking met fysiotherapeuten

Zeventien jaar geleden is de XCO®-trainer door manueel fysiotherapeut Jan Hermans ontworpen om de belastbaarheid op spieren en bindweefsel te vergroten. In sa-

menwerking met Hermans zette Renata Jarz een fitnessprogramma op rondom de XCO®-trainer. Door deze verantwoorde tool te integreren in de fitness werden groepslessen in één klap voor jong en oud toegankelijk.

Train cardio en kracht in één workout

De XCO®-trainer zorgt voor strak gevormde abs en een sterke onderrug door de combinatie van cardio en kracht tijdens een workout. Door het losse grit in de buis treedt er tijdens de korte intensieve cardio bewegingen een reactieve impact op. De reactieve impact zorgt ervoor dat men sterker wordt, zonder dat hun spieren en gewrichten hierbij overbelast raken.

Les aanbod

Om goed aan de slag te gaan met de XCO®-trainer zijn de speciale groepslessenprogramma's XCORE® en BRN® ontworpen. Doormiddel van een abonnement kan je deze lessen bij jou in de sportschool aan jouw leden aanbieden. Al meer dan 17 jaar staat ieder kwartaal een compleet nieuwe choreografie op een te gekke muziekmix klaar. Zo blijft het les aanbod altijd vernieuwend en speelt het optimaal in op de fitness trends van dit moment.

Altijd en overal

Lessen met XCO®-trainer kan je zowel live als virtueel in de sportschool op locatie aanbieden. Daarnaast kunnen de consumenten ook zelf een XCO®-trainer aanschaffen, waarmee ze thuis door kunnen blijven gaan met trainen via de app die jij ze vanuit de sportschool kan aanbieden. Op deze manier blijft de verbinding tussen jouw club en de consument thuis bestaan, ook al zijn ze fysiek niet altijd aanwezig.

Een duurzame investering

Dat de XCO®-trainer een duurzame investering is die zichzelf snel terugverdient blijkt uit de populariteit waarmee de XCORE® en BRN® lessen bezocht worden. Meer dan 70 procent van de aangesloten clubs draait het XCORE® en BRN®-programma al langer dan 5 jaar.

Wil jij bij jou op de sportclub het succes van de XCO®-trainer ervaren? Of wil jij ontdekken wat een XCO®-trainer voor jou als (personal) trainer kan betekenen? Kijk dan naar onze mogelijkheden op houseofworkouts.com.

