



# Training with the Stars.com™

## Persbericht

### **Iedereen in goede conditie met Training with the Stars**

Introductie eerste mp3 Personal Fitness Trainer in Nederland

**Hilversum, 10 september 2007 - Geen tijd om naar de sportschool te gaan of is het wekelijkse rondje lopen in het bos een sleur geworden? Dat is nu verleden tijd! Want met Training with the Stars kan iedereen op ieder gewenst moment aan zijn conditie werken. Geen gehaast meer naar de sportschool, maar gewoon de mp3-speler pakken en direct aan de slag. Dit wordt mogelijk gemaakt door Training with the Stars, ontwikkelaar en leverancier van individuele conditie- en fitnesstrainingen, die een nieuw concept op de markt brengt: persoonlijke coaching van (hard)loop-, fiets- en fitnesstrainingen via de mp3-speler. De training gaat vergezeld van aanmoedigen en tips van topsporters Leontien van Moorsel en Gianni Romme en lekkere muziek die het tempo erin houdt. Het trainingsprogramma is gemakkelijk te downloaden vanaf [www.trainingwiththestars.com](http://www.trainingwiththestars.com), waar de sportieve vorderingen bovendien in een persoonlijk logboek kunnen worden bijgehouden.**

In Amerika is het een doorslaand succes: miljoenen Amerikanen sporten met een personal trainer op hun mp3-speler. Met de lancering van Training with the Stars is Nederland het eerste land in Europa waar deze nieuwe, uitdagende manier van sporten nu ook leverbaar is.

Bij Training with the Stars staat plezier bij het bewegen voorop. Want als je met meer plezier beweegt, ga je het ook vaker doen. Meer dan 130 originele, afwisselende muziektracks verdeeld over 8 trainingen van 50 minuten en de aanmoedigen van Leontien of Gianni zorgen ervoor dat de tijd tijdens een training voorbijvliegt.

Training with the Stars is een volledig en professioneel opgebouwd trainingsprogramma, inclusief een gedegen warming-up en cooling down. Het programma voor (hard)loop-, fiets- en fitnesstrainingen is ontwikkeld door sportartsen. De instructies zijn opgesteld door sportarts Guido Vroemen (Bondsarts NTB) en inspanningsfysioloog Chris Brands (Nederlands Kampioen Triathlon 2004, 2007) en worden afgewisseld door tips van bekende Nederlandse sporters, zoals Leontien van Moorsel en Gianni Romme. De sportieve vorderingen kunnen op de website [www.trainingwiththestars.com](http://www.trainingwiththestars.com) in een persoonlijk logboek bijgehouden worden.



# Training with the Stars.com™

## **Persoonlijke aandacht**

Het programma is geschikt voor iedereen - mannen en vrouwen - tussen de 20 en 60 jaar die op een gestructureerde, leuke en gemotiveerde manier aan zijn of haar gezondheid en conditie wil werken en op zoek is naar een betaalbare, professionele en inspirerende oplossing om bijvoorbeeld af te vallen, de conditie te verbeteren, te ontspannen en/of zijn of haar persoonlijke sportieve prestaties te verbeteren. En wel op het moment dat het hen uitkomt. Het programma is bovendien aan te passen aan de persoonlijke wensen. Zo kan iedereen een training volgen op zijn eigen niveau en met een coach naar voorkeur. Het programma is bovendien gemakkelijk te downloaden en geschikt voor iedere mp3-speler. Kortom Training with the Stars is de leukste en gemakkelijkste manier om individueel aan de conditie en de gezondheid te werken.

## **Prijzen**

Een proeftraining van 30 minuten is gratis te downloaden op [www.trainingwiththestars.com](http://www.trainingwiththestars.com). Het complete programma van 8 trainingen van 50 minuten kost 34,95 euro. Training with the Stars doneert 5% van de opbrengst van verkochte trainingen aan een goed doel.

## **Over Training with the Stars**

Training with the Stars is ontwikkelaar en leverancier van individuele conditie- en fitnessstrainingen door middel van persoonlijke coaching via een mp3-speler. Training with the Stars combineert een gedegen, door sportartsen ontwikkeld trainingsprogramma met muziek en gesproken instructies die zijn opgesteld en ingesproken in samenwerking met bekende Nederlandse sporters. Kijk voor meer informatie op: [www.trainingwiththestars.com](http://www.trainingwiththestars.com).

## **Voor meer persinformatie:**

Yellow Communications, Natasja la Lau, telefoon 023 - 555 34 24, e-mail [natasja@yellow-communications.com](mailto:natasja@yellow-communications.com)

## **Noot voor de redactie:**

Beeldmateriaal van Training with the Stars is te downloaden onder 'persinformatie' op [www.yellow-communications.com](http://www.yellow-communications.com).