

LIDMAATSCHAPPEN

MEEST
GEKOZEN

PREMIUM

VANAF

€39,95 P.M.

ONBEPERKT FITNESS

- 1100 m² fitnessruimte
- 265 m² functional training ruimte
[powerliften, crossfit, functioneel trainen]
- Dumbbells tot en met 52 KG
- Fitnessbegeleiding

- Voedingsadvies

ONBEPERKT GROEPSLESSEN

- Meer dan 100 groepslessen per week
- DeMIXthuis
- Circuittraining
- Yoga lessen

OVERIG

- Gratis zwemmen
- Gratis zonnebank
- Douches met gratis shampoo
- Ruime kleedkamers met gebruik van lockers
- Luxe sauna

+

AANVULLEND
LIDMAATSCHAP

FITPLAN

Premium + €4 P/M

VOEDINGSADVIES

Premium + v.a. €10 P/M

Vytal app voedingsschema's & coaching

JUDO & JIUJITSU

VOLWASSENEN

Premium + €5 P/M

KIDS

v.a. €21,95 P/M

ZONNEBANK

ERGOLINE 300

Gratis

ERGOLINE 500

Premium + €5 P/M

XXL SPORTSWATER

Premium + €5 P/M

WIL JE NÓG MEER?

PREMIUM PLUS

ALLE VOORDELEN VAN HET
PREMIUM LIDMAATSCHAP +

- Onbeperkt smallgroup lessen
- Aqua lessen
- Onbeperkt gratis koffie, thee & cappuccino
- Korting op SIXpack Challenge, evenementen & add-ons
- Onbeperkt nieuwe zonnebank
- Gebruik vytal app voedingsschema's & coaching
- Startpakket bij inschrijving
- Premium Plus armbandje [tag]
- Onbeperkt XXL Sportswater tappen

€83,95 P/M

DeMIX KIDS

VANAF

€21,95 P.M.

4 T/M 17 JAAR

- DeMIXKIDS YOGA
- DeMIXKIDS BUDO
- DeMIXKIDS BOOTCAMP
- DeMIXKIDS ZUMBA
- DeMIXKIDS MINI DISCO
- KRACHTTRAINING [V.A. 12 JAAR]

Altijd twee gratis proeflessen

ALGEMEEN *

GEZINSREGELING:

Vanaf de derde persoon op hetzelfde adres, geen inschrijfgeld.

VAKANTIEREGELING:

Draag je lidmaatschap tijdens je vakantie over aan een bekende. Minimaal 3 weken per keer, maximaal 2 keer per jaar.

TERUGKOMREGELING:

kom jij binnen 3 maanden na het einde van je lidmaatschap weer terug? Gezellig! Je krijgt dan 50% korting op het inschrijfgeld.

TARIEVEN

Voor alle overige tarieven en mogelijkheden verwijzen we je naar demix.nl.

FITNESS COACHES AANWEZIG

Maandag t/m donderdag:
08.00 - 12.00 u & 18.00 - 22.00 u
Vrijdag: 08.00 - 12.00 u & 18.00 - 21.00 u
Zaterdag & zondag: 08.00 - 17.00 u

* Begeleiding op afspraak

OPENINGSTIJDEN

Maandag t/m donderdag: 07.00 - 23.00 u
Vrijdag: 07.00 - 22.00 u
Zaterdag & zondag: 08.00 - 18.00 u

CONTACT

MERWEPLEIN 3 • 3432 GN NIEUWEGEIN
T 030-602 1471 • receptie@demix.nl
instagram @demix.nl •

Inschrijven kan online via demix.nl of bij onze receptie. Tot snel!

*Geen actie op actie mogelijk

f @ DEMIX.NL

WELKOM BIJ DeMIX

HET MEEST COMPLETE LIDMAATSCHAP IN DE REGIO, VOOR DE SCHERPSTE PRIJS?

WE GOT YOU

Een lidmaatschap voor onbeperkt fitness, meer dan 100 groepslessen per week, zwemmen, zonnebanken, sauna, bootcamp, yoga en meer heb je bij DeMIX al vanaf €39,95 per maand.

Wil je liever een maandlidmaatschap, een 10X kaart of sporten via bedrijfsfitness, kan ook! DeMIXkids lessen, budo en extra begeleiding voor jongeren of juist ouderen, aan iedereen is gedacht. Onderstaand vind je alle mogelijkheden, maar we geven je ook graag een rondleiding en een kop koffie op de club om kennis te maken en samen te kijken welke oplossing het beste bij jou past. Stuur ons een mailtje of bel ons voor een afspraak.

Wil je online sfeer proeven,
kijk dan op onze instagrampagina [@demix.nl](https://www.instagram.com/demix.nl).

SAUNA

Achterin zowel de dames- als herenkleedkamer vind je een Finse sauna, deze zijn 82 uur per week beschikbaar. Kijk voor de saunatijden op [demix.nl](https://www.demix.nl) of in de kleedkamer op de bordjes.

DEMIXthuis

Het thuisworkout platform van DeMIX. Met DeMIXthuis train je met jouw favoriete instructeurs, waar je maar wil en wanneer het je uitkomt. Naast de opnames van de lessen **livestreamen** we veel van onze lessen rechtstreeks uit de zaal. Kijk op [demix.nl](https://www.demix.nl) hoe je een account aanmaakt of ga naar [demixthuis.nl](https://www.demixthuis.nl). Gratis voor leden.



FITPLAN

Wil je vitaal ouder worden en veilig trainen op je eigen niveau onder professionele begeleiding, dan is Fitplan de juiste keuze voor jou. Meer dan 25 begeleidingsuren per week, een uitgebreide intake (fysieke test), gebruik van speciale apparatuur en hartslagmeters en trainingen in groepsverband zijn inbegrepen in dit lidmaatschap. Vraag naar een proefles bij de receptie.

BUDO

Onder leiding van oud-kampioen Jiu-jitsu Barry van Bommel wordt er judo, BJJ-newaza en Jiu-jitsu les gegeven bij DeMIX. Je kunt bij ons terecht voor kidslessen vanaf 4 jaar. Ook zijn er lessen voor volwassenen (16+). Kijk voor het budorooster op [demix.nl](https://www.demix.nl).

N'JOY - XXL SPORTSWATER

Vul je eigen bidon met Sportswater en help ons het gebruik van plastic flesjes in de club terug te dringen. Koppel je sportwater [maandelijks opzegbaar] aan je lidmaatschap en drink onbeperkt gekoeld sportwater met een smaakje.

VOEDINGSADVIES

Bij DeMIX kun je ook terecht wanneer je begeleiding zoekt op het gebied van voeding. Om het volhouden van een voedings-schema zo eenvoudig en leuk mogelijk te maken hebben wij gekozen voor de Vytal app. Afvallen, aankomen en gezonder eten was nog nooit zo makkelijk (en lekker). Je kunt ervoor kiezen om de Vytal app zelfstandig te gebruiken. We maken weeg- en meetafspraken met je, en doen samen een intake.

CHALLENGES

Als aanvulling op je lidmaatschap kun je deelnemen aan verschillende challenges. Kies een 4 of 12 weken durend programma dat bij jouw doel past. Onze bekende en bewezen challenges zijn o.a. de SIXpack Challenge, de BXB Challenge, de UPX Challenge en de Leefstijl Challenge. Voor de startdata van de challenges verwijzen we je naar [demix.nl](https://www.demix.nl) of vraag ernaar bij de receptie.

PERSONAL TRAINING

Bij DeMIX kun je kiezen tussen een zelfstandig Personal Trainer of DeMIX Personal Training. Het verschil is de vrijheid die de trainers hebben om zelf hun aanbod en prijs te bepalen. DeMIX Personal Trainers werken met vaste pakketten. Je vind ze allemaal op [demix.nl](https://www.demix.nl).

FYSIOTHERAPIE

DeMIX Fysiotherapie Ron van Leeuwen staat bekend om de vele specialisaties binnen het team en is al sinds 1998 actief in Nieuwegein. Neem een flyer met alle informatie en contactgegevens mee bij onze receptie of vul het contactformulier in op [demix.nl](https://www.demix.nl).

KLEDINGVOORSCHRIFTEN

Als je kiest voor DeMIX is het belangrijk dat je op de hoogte bent van onze huisregels. Zo is trainen met een ontblote buik niet toegestaan en is het gebruik van een handdoek verplicht.

Alle voorschriften zijn beschikbaar bij de receptie en op [demix.nl](https://www.demix.nl).

ADD
LIFE TO
YEARS

@DEMIX.NL

FITNESS

Fitnessbegeleiding is inbegrepen in je lidmaatschap. Werk samen met de fitness coach aan je doelen. Maak een afspraak bij de receptie of de fitness coach.

Wil je meer begeleiding? Kijk dan eens naar onze aanvullende pakketten op de website of vraag ernaar bij de coaches.

GROEPSLESSEN

Met meer dan 100 groepslessen per week is er altijd een les die bij je past. Het actuele rooster vind je op [demix.nl](https://www.demix.nl).

AQUASPORT

Je kunt bij ons terecht voor aquasport lessen. De lessen zijn onbeperkt inbegrepen in het Premium Plus lidmaatschap of met korting te volgen met een Small Group rittenkaart. Ideaal voor mensen met een lagere belastbaarheid, blessure of gewoon omdat je graag in het water bent natuurlijk. De lessen vind je terug op ons lesrooster.

ZWEMMEN

DeMIX heeft een eigen toegang tot zwembad Merwestein en zwemmen is onbeperkt inbegrepen in het premium lidmaatschap, binnen recreatief zwemmen en banen zwemmen. Kijk op [merwestein.nl](https://www.merwestein.nl) voor de openingstijden van het zwembad.

ZONNEBANK

Gebruik van de zonnebank is inbegrepen in je lidmaatschap. Je kunt onbeperkt gebruik maken van de **Ergoline 300 classic**. Wil je gebruik maken van de nieuwe **Ergoline Inspiration 500**, dan kun je voor €5,- per maand een onbeperkt lidmaatschap toevoegen aan je Premium lidmaatschap. Je kunt online of bij de receptie reserveren.