

# FIT HEALTH & FITNESS

Het fitness lifestyle magazine

**GET ON BOARD AND BECOME A FREESTYLER**

4e jaargang • nr 1  
januari/februari 2010 / € 4,50

**Fit-nieuws**  
Het laatste nieuws uit de fitnessbranche

In the picture  
**MAURA VAN DEN BEDEM**

**ZWEDEN SPA & WELLNESS**

**VERSLAG**

- › LESS MILLS
- › CYCLE MADNESS

**DE ERWT**  
een proteïnebom

**COLUMNS**  
DUCO BAUWENS  
TIM SCHOORMANS  
NANCY HASSELBAINK  
SASKIA VAN LOON-KLEIN

HEALTH & FITNESS  
PROMOTION TOUR

DE BESTE DUMBELLS  
VOOR THUISTRAINING!

VORMEN VAN YOGA  
KIES JE EIGEN STIJL