

Persoonlijke uitnodiging

Exclusieve PronoKal kick-off op 2 maart
Join the PnKDefine challenge: -5 kilo op 5 weken

PnKDefine
PronoKal®



Warme hapjes in overvloed, urenlang gourmetten, een overdosis kroketten en een kerststronk om duimen en vingers bij af te likken: hét recept voor een geslaagd kerst- of nieuwjaarsfeest. Met *the most wonderful time of the year* achter de rug, is het tijd om de schade (lees: die broek die te hard spant of de weegschaal die een hallucinant cijfer aangeeft) die de feestperiode heeft aangericht, terug te draaien.

Ieder jaar opnieuw maken we bij de start van het nieuwe jaar ambitieuze goede voornemens. Meer sporten en gezonder eten behoren jaarlijks tot de top 10. Toch slagen we er zelden in ons aan die goede voornemens te houden en sneuvelen ze halweg januari. Hoe kunnen we dit vermijden? **PnKDefine to the rescue!**

PnKDefine

De PnKDefine-Methode is speciaal ontworpen voor mensen, met een normaal gewicht en overtollig gelokaliseerd vet, die enkele kilo's willen verliezen. Met behulp van een gepersonaliseerd programma verbeter je jouw lichaamssamenstelling onder begeleiding van een PnK-dokter en diëtiste. Overmatig lichaamsvet wordt afgebouwd terwijl spiermassa behouden blijft. Je persoonlijke vooruitgang, gewicht, spiermassa en lichaamsvet worden gewogen op de weegschaal en automatisch bijgehouden via de PnKDefine follow-up app. **In slechts 5 weken verlies je tot vijf kilo lichaamsvet** en ga je de zomer met een gezond lichaam tegemoet.

PronoKal organiseert op **2 maart** een exclusieve kick-off voor tien PnKDefine-ambassadors. Tijdens deze kick-off wordt een korte toelichting van de methode gegeven, waarna jou een **gratis PnKDefine-pakket** wordt overhandigd. Een lichte **work-out** in ontspannen sfeer, een inspirerende **kooksessie** met PnK-producten en een **fotografieworkshop** voor de meest *instagrammable foodpictures* maken de avond onvergetelijk!

Wil je graag enkele kilo's verliezen? PnKDefine is op zoek naar ambassadeurs! Heb je interesse om te starten met de PnKDefine-Methode en kan je aanwezig zijn op de kick-off? Geef een seintje aan Mailien voor 13/02 via mailien@wavemakers.eu of via het nummer 0472 38 49 51.

Praktische informatie

- Locatie: MeetDistrict, Posthofbrug 6-8, 2600 Antwerpen

- Datum: maandag 2 maart
- Dresscode: Fitwear
- Timing
 - o 18u45 onthaal en verwelkoming
 - o 19u45 work-out met sportcoach
 - o 20u15 kooksessie met PnK-producten
 - o 20u45 fotografieworkshop door Eva Beeusaert
 - o 22u00 einde voorzien

Join the movement and follow us on [Facebook](#) and [Instagram](#). Don't forget to use the hashtag #PnKDefine