



PERSBERICHT

7 MEI 2019

HUPHUP wil Belg meer én gezonder doen bewegen

Nieuw wetenschappelijk sportconcept wil 100 centra openen in Benelux eind 2020

HUPHUP, zo heet het sportmerk dat ondernemer en kinesitherapeut Raf Swerts vandaag lanceert en op korte termijn wil uitrollen in België, Nederland en Luxemburg. Geen klassieke fitnesszaak maar een wetenschappelijk onderbouwde methodiek om iedereen, op maat, meer te doen bewegen. Raf Swerts: "Met HUPHUP kan elke Belg eenvoudig, veilig en resultaatgericht aan de slag. We richten ons ook tot mensen die hun gezondheid opnieuw moeten opbouwen of met lichamelijke klachten kampen." HUPHUP gaat van start op 24 locaties in Vlaanderen, vanaf september volgt Nederland.

Sporten maakt je fysiek en mentaal gezonder, dat is niet nieuw. Wel nieuw is de manier waarop HUPHUP mensen meer wil doen bewegen om gezonder te leven. Kinesitherapeut Raf Swerts: "Onze coaches begeleiden je vanuit een wetenschappelijk onderbouwde methodiek. De zogenaamde 'high intensity progressive training', waarbij je hartslag omhooggaat, is een veilige, progressieve, intensieve en doeltreffende manier om kracht op te bouwen. En dat is van levensbelang voor je spieren en je hart, zeker met onze zittende levensstijl."

De cijfers van de Wereldgezondheidsorganisatie liegen er niet om: 51% van de Belgen sport zelden of nooit. HUPHUP wil een haalbaar concept aanreiken, zowel voor de reguliere sporter als voor wie kampt met overgewicht, pijnlijke gewrichten, reuma... "Het aantal Belgen dat aan dergelijke klachten lijdt, is enorm groot. Als je deze groep op de juiste manier aan het sporten krijgt, zet je een positieve spiraal in gang. Sport is vaak het beste medicijn, en HUPHUP biedt – in vergelijking met dure medische begeleiding – een toegankelijk alternatief om veilig en gezond te sporten, op elke leeftijd."

HUPHUP positioneert zich bewust buiten het fitnesscircuit, met een duidelijke ambitie om eind 2020 een 100-tal coachcentra te runnen in de Benelux. De insteek is simpel: trainen op slimme toestellen, op een plek waar je graag en gemakkelijk komt, met mensen die je persoonlijk op weg helpen en motiveren. Swerts: "Mensen hebben niet altijd zin om te sporten. Of houden het niet vol. Of hebben alles al geprobeerd. HUPHUP maakt die eerste stap weer haalbaar."

Wie wil starten, begint met een begeleidingstraject van 3 maanden. Resultaten worden wenselijk teruggekoppeld worden met de huisarts. HUPHUP werkt ook samen met een wetenschapsmanager – die regelmatig overlegt met artsen, universiteiten en patiëntenorganisaties – en de coaches in de sportclubs krijgen elke week les over anatomie, fysiologie en pathologie.

Voor meer info

RCA | Margot Feiner | 011 590 590 | margot.feiner@rca.be | www.rcapress.be

HUPHUP.be
Zet je in beweging