

Uitleg gratis food-app

Wat is jouw belangrijkste motivatie om je Lifestyle- en Voedingspatroon te veranderen? Een gezonder lichaam, fitter en vitaler voelen, afslanken, aankomen, welvaartsziekten voorkomen of er beter uitzien? Welke motivatie je ook hebt, het is de dé drijfkracht achter het behalen van succes! Met de GRATIS food-app kun je direct aan de slag.

Zou je graag fitter en energiekler worden, maar weet je niet hoe je dit het beste kunt aanpakken? Door middel van de food-app krijg jij een:

- Op maat gemaakt voedingsadvies.
- Voedings-app om jouw voeding in bij te houden en gratis recepten te ontvangen.
- Afgestemd op jouw huidige leef- en eetpatroon.
- Haalbaar voor iedereen.
- Eenvoud staat centraal: niet tellen, rekenen of voeding wegen.
- Smakelijk en energiek afslanken.
- Goed vol te houden als levensstijl.
- Professionele en deskundige begeleiding van onze voedingscoach.
- Jouw doelstelling nastreven en behalen!



Voedings-app

Maak een GRATIS en PERSOONLIJK voedingsplan door vragen te beantwoorden over jouw lifestyle en voeding!

De **gratis** food-app ondersteunt meerdere doelen: afvallen, op gewicht blijven, aankomen en spieropbouw.

Krijg niet alleen inzicht hoeveel je eet, maar ook in wat je eet! De app is meer dan alleen een calorieteller, hij houdt ook jouw koolhydraten, vetten en eiwitten in de gaten.

Virtuagym Food maakt door middel van jouw antwoorden een geschikt voedingsplan die bij jou past, voor jouw gekozen fysieke doelen. Je kunt zelf kiezen voor welk voedingsplan je gaat, van koolhydraatarm tot eiwitrijk, caloriearm tot een plan voor ná het afvallen. Deze app is ook speciaal ontwikkeld voor vegetariërs!

Download onze Virtuagym Food app en maak jouw voedingsplan!

<https://apps.apple.com/us/app/calorie-carb-fat-counter-virtuagym/id927372140>

De voedings-app is een handige tool die je bewust maakt van wat je eet en ervoor zorgt dat je de juiste calorieën en verdelingen van koolhydraten, eiwitten en vetten binnen krijgt.