

## HERKEN JE DIT?

### Je traint. Je ziet het te weinig.

- Je sport regelmatig, maar je buik wordt niet strakker.
- Je billen verliezen hun vorm en stevigheid.
- Je hebt geen tijd voor uren in de fitness.
- Je rug en je houding kunnen wat extra steun gebruiken.

### Waarom bij Beauty Plan?

**Twee applicatoren** die tegelijk werken.

**Sterker in combinatie** met Adipologie (ultrasound) en Slimyonik (pressotheapie met zuurstof).

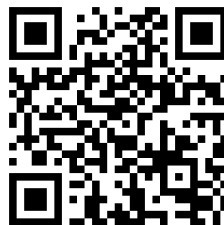
**Beauty Plan 360°:** ook advies over voeding en suppletie.

**Persoonlijk:** altijd begeleid door Stephanie zelf.

## JOUW EERSTE STAP

### Start met een gratis intake

We bekijken samen je zones en je verwachtingen. Daarna weet je welk traject bij jou past en wat het kost.



Scan en boek je intake  
**[www.beautyplan.be](http://www.beautyplan.be)**

Speureweg 22, 9830 Sint-Martens-Latem

WhatsApp 0475 37 27 80

[info@beautyplan.be](mailto:info@beautyplan.be)

Instagram @beautyplan.be

**BEAUTY**  
*Plan*

Niet bij een pacemaker of ander elektronisch implantaat, metaal in de zone, een koperspiraaltje of tijdens de zwangerschap. Andere medische situaties overlopen we bij de intake. Resultaten verschillen per persoon.

**BEAUTY**  
*Plan*

EMSHAPEX®

### Train je spieren. Liggend.

Elektromagnetische pulsen voor een stevigere buik en billen. In 20 minuten, zonder hersteltijd.





#### WAT IS HET?

## Krachtige pulsen, diep in de spier

De EMShapeX werkt met elektromagnetische pulsen. Die gaan door huid en vet heen en laten de spier samentrekken, veel krachtiger dan je zelf kan aansturen. In één sessie krijgt de spier duizenden van die samentrekkingen te verwerken.

### Wat doet dat met je lichaam?

De spier reageert zoals op een zware training: ze wordt sterker en voller. Onderzoek naar deze techniek mat daarnaast een dunnere vetlaag boven de behandelde spier.

**20 minuten liggen, en je gaat meteen verder met je dag.**

#### WAT PAKKEN WE AAN?

### Buik

Stevigere, beter afgelijnde buikspieren.

### Billen

Meer vorm en stevigheid, zonder squats.

### Heupen

Strakkere contouren rond de heupen.

#### ZO VERLOOPT HET

- 1 Gratis intake.** Zones, verwachtingen en gezondheid.
- 2 Behandeling.** Ongeveer 20 minuten. Je ligt neer, in comfortabele kledij.
- 3 Herhalen.** Meestal 4 sessies per zone, 2 per week.

#### GOED OM TE WETEN

- Je voelt korte, krachtige samentrekkingen. Even wennen, niet pijnlijk.
- Reken op 4 à 6 weken voor zichtbaar stevigere spieren.
- Na je sessie: 24 uur geen sport, 48 uur geen alcohol.

#### WAT ZEGT ONDERZOEK?

## Gemeten met MRI en echo

**+15%**

dikkere spier, na  
2 maanden

**-19%**

dunnere vetlaag,  
na 1 maand

Gemiddelden uit twee studies naar deze techniek, uitgevoerd met een ander toestel: Kinney & Lozanova 2019 (22 deelnemers) en Katz e.a. 2019 (33 deelnemers). Resultaten verschillen per persoon.

#### MEER DAN EEN STRAKKE BUIK

**Minder last van de rug.** Dat horen we vaak van klanten: sterkere buikspieren geven je rug meer steun.

**Een betere houding.** Een sterke romp helpt je rechter te staan en te zitten.

**Spieren voor later.** Met de jaren verlies je spiermassa. Ze onderhouden hoort bij mooi ouder worden.

#### STERK IN COMBINATIE

Adipologie pakt het vet aan, EMShapeX de spier eronder.

**Boek je gratis intake**

[www.beautyplan.be](http://www.beautyplan.be)