



Contact

Email: wageningen.beasts@gmail.com
 Website Wageningen Beasts: www.wageningenbeasts.com
 Facebook: @WageningenBeasts
 Instagram: @wageningenbeastsofficial
 Website SWU Thymos: www.swuthymos.nl

Strength Training

Wageningen Beasts



Krachtsport

Wageningen Beasts



SWU Thymos, 'Move and your body will be recharged'



Wageningen Beasts

Wij zijn Wageningen Beasts, een sportvereniging gefocust op krachttraining. Onze trainingen variëren van Strongman tot powerlifting tot bootcamp. We hebben ook andere disciplines in ons programma, zoals Olympisch Gewichtheffen en crossfit. Naast de trainingen organiseren we ook colleges en sociale activiteiten. Onze vereniging is een diverse vereniging. We zijn niet alleen gericht op toplifters. We zijn een groep van mannen, vrouwen, internationaal, Nederlands, (on)ervaren atleten en ook bodybuilders en toplifters. Iedereen is welkom bij onze vereniging.

Wat hebben we jou te bieden?

Beginnerstraining

De beginners training is een van onze trainingen. Tijdens deze trainingssessies is de focus gericht op elementen van verschillende

krachtdisciplines, zoals powerlifting en gewichtheffen. De eindboodschap is het gevoel van beweging. Bewegingen binnen krachttraining kunnen moeilijk zijn om te leren en de beginnerstraining kan je hierbij helpen om ze toe te passen binnen je eigen training.

Bootcamp

De bootcamptraining wordt twee keer per week gegeven. Het is het perfecte moment om nieuwe oefeningen te ontdekken en jezelf tot je grens te pushen, niet alleen in kracht maar ook in uithoudingsvermogen. Iedereen kan meedoen met de bootcamp. Het maakt niet uit of je onervaren bent in fitness of juist wel ervaren. We helpen elkaar allemaal te motiveren, wat leidt tot resultaten maar wel in een gezellige en leuke sfeer.

Professionele training

Naast normale trainingen faciliteren wij ook trainingen voor gevorderden door professionele trainers. De trainer en welke soort krachttraining verschilt per trainingsblok. Tijdens deze

trainingen kan je je techniek ontwikkelen en verbeteren.

Sociale en competitie evenementen

Het leuke aan onze vereniging is, is dat je je eigen nivea kan kiezen waarin je meedoet, zoals competities meedraaien of voor je plezier trainen, wij kunnen je helpen bij je passie. We ondersteunen onze competitieve lifters als ze naar wedstrijden gaan, zoals het NSK en EK. We gaan voor plezier ook naar competities met de andere krachtsportverenigingen van Nederland, zoals de Charity Deadlift Challenge. We willen onze leden een vereniging bieden waar je kan trainen, competitief kan zijn en plezier kan hebben met onze andere leden tijdens activiteiten, zoals het BeastWeekend, filmavond en sportclinics. Wat je doel ook is, er is altijd een andere beast om met je mee te trainen of plezier te hebben.

Wageningen Beasts

We are Wageningen Beasts, a sports association focused on strength training. Our trainings range from Strongman to powerlifting to bootcamp. We have adopted many more disciplines such as Olympic weightlifting and crossfit. Next to trainings we also offer different lectures and social activities. Our association is very diverse. We are not an association designed only for top lifters. We are a community of men, women, international, Dutch, (in) experienced athletes and yes, a few bodybuilders and top lifters in the mix. Everyone is welcome at our association!

What do we have to offer you?

Beginner training

The beginners training is one of our many different types of training. In these training sessions the focus will be put

on elements from different strength training fields such as powerlifting and weightlifting. The take-home message after this training is the feeling of movement. The movements can be hard to learn and this training will give you the tools to learn them and apply them to your own fitness.

Bootcamp

The bootcamp is a training that is given twice a week. It is the perfect platform to discover new exercises and to push yourself to your limit, not only in strength but also in endurance. Everyone can join the bootcamp, it does not matter if you are new to fitness or already advanced. We all motivate each other which results in a really good and fun atmosphere.

Professional Training

Next to regular training we also facilitate more advanced training

by professional trainers. The type of training differs per training block, for example in one block the different lifts of powerlifting and their variants can be learned. These advanced trainings can help you develop and improve your technique.

Social and competitive events

The great thing about our association is that you can choose your own level, whether you want to compete or just train for fun, we can help you achieve that goal. We support our competitive lifters when they go to big events such as the NSK and EK. We would like to offer our members an association where you can train, compete and have fun with other members at our activities, such as the BeastWeekend, movie night and sports workshops. Whatever your goal is, there is always another beast that can train or compete or just have fun with you.

