

## STREBEN NACH FITNESS: IHR GUTSCHEIN ZUM WOHLFÜHLEN!

## ALLE JAHRE WIEDER...

**K**örperlich in Form bleiben oder wieder dorthin zurückkommen! Das steht bei vielen ganz oben auf dem Wunschzettel. Dies ist etwas sehr Persönliches! Dazu zähle ich allerdings nicht das Geschenk einer Mitgliedschaft in einem Fitness-Studio. Auch jetzt sind wieder viele Promotion-Teams großer Studio-ketten im Lichterschein des Weihnachtsshop-pings auf der Suche nach neuen Mitgliedern. Diese wollen uns mit verlockend klingenden Angeboten zur ‚Rundumfitness‘ für sich ge-winnen. Und obwohl in Deutschland nur elf (!) Prozent der Bürger Mitglied in Sportvereinen oder -studios sind, denken wir stets, dass ir-gendwie alle um uns herum dort etwas für sich tun, oder? Am Jahresanfang scheinen diese Fit-nesstempel aus den Nähten zu platzen und spä-estens ab März tritt wieder beschauliche Ruhe ein. Warum? Im Studio werden Sie anfangs mit Trainingsplänen versorgt. Dann kommt der Moment, in dem Sie feststellen, dass Sie diese auf Papier fixierten Pläne allein umsetzen müs-sen. Kurze Zeit später folgt die Enttäuschung,

weil sich die gewünschten Erfolge nicht schnell genug einstellen.

Größtmögliche Effizienz und somit schnell spürbare Erfolge erreichen wir nur durch regel-mäßig professionell begleitetes und motivieren-des Personal Training. Dabei formulieren wir zusammen nach Ihren Wünschen erreichbare Ziele. Sie lernen, Ihre verfügbare Zeit mit effek-tiven Übungen und Bewegungen zu nutzen und diese Übungen erfolgreich richtig auszuführen. Dadurch erlangen Sie Ihre gewünschten Ziele sowie Bewegungsmotivation zurück! Wenn Sie dann sagen: „Ich genieße diese Zeit für mich, spüre die Erfolge und möchte mehr davon!“, ha-ben Sie Ihren inneren Schweinehund überwun-den. Sie werden kein Saisonsportler mehr sein, sondern sich fortan wohlfühlen!

■ [www.fitcare-professional-training.de](http://www.fitcare-professional-training.de)  
[www.facebook.com/fitcare](https://www.facebook.com/fitcare)



Ich lade Sie zu Ihrem kostenlosen Probetraining mit mir persönlich ein! Verschenken Sie einfach gern auch dieses persönliche „Sich Erle-ben“ als Gutschein: „Bewegung ist die beste Vorsorge und Medizin!“

Tobias Block

[info@fitcare-professional-training.de](mailto:info@fitcare-professional-training.de)