

PersonalFitness für sie und ihn.

Damit machen Sie immer und überall eine gute Figur!

Glänzende Idee finden wir.

Denn wer sich fit hält und Sport treibt, profitiert doppelt. Ein aktiver und gesunder Lebensstil bedient nicht nur die gängigsten Schönheitsideale, sondern sorgt für mehr Leistungsfähigkeit und Stressresistenz.

Mehr noch, mit einem ausgewogenen Trainingsprogramm trainieren Sie Ihre geistige Fitness, räumen Ihren Kopf auf und schaffen Raum für neue Ideen.

Und da es zu zweit einfach mehr Spaß macht, begleiten wir Sie jetzt noch aktiver.

Mehr Erfolg und weniger Stress.

Mit dem PersonalFitness Konzept hat Ihr Fitnessprogramm einen festen Platz in Ihrem Terminkalender. Mit dem PersonalFitness Konzept finden Sie die gesunde Balance zwischen Familie, Job und Freizeit.

Sie trainieren regelmäßig und wollen besser werden?

Mit dem PersonalFitness Konzept schaffen Sie Ihre sportlichen Ziele – garantiert!

Was ist PersonalFitness?

PersonalFitness bedeutet individuell und ganzheitlich seine Ziele zu erreichen.

Mit PersonalFitness werden Ihre Eigenschaften und Ihre Vorzüge gestärkt – durch persönliche Betreuung, ständige Motivation und vor allem mit wenig Zeitaufwand.

Besonderer Fokus wird dabei neben den Themen Bewegung und Entspannung, auch auf die gesunde Ernährung und ein gelassenes Alltagsverhalten gelegt.

Und was haben Sie davon?

Sie erleben steigende Lebensqualität, sind weniger anfällig gegen Stress, fühlen sich motiviert und haben dabei noch jede Menge Spaß!

Was leistet PersonalFitness?

Wir machen Sie fit und stärken Ihre Stärken.

Hierfür sorgt Ihr eigener Personal Trainer. Ja, Sie lesen richtig. Sie haben einen Trainer, der sich nur mit Ihrer Person, Ihren Fähigkeiten und Ihrem Potenzial beschäftigt – und Sie entscheiden wo: Egal ob am Arbeitsplatz, zu Hause oder im Fitnessstudio, Ort und Zeit des Trainings bestimmen Sie! Das spart Zeit und verspricht maximalen Erfolg sowie jede Menge Spaß!

Wer profitiert von PersonalFitness?

Sie gehören also auch zu denen, die immer und überall eine gute Figur machen?

Dann liegen Sie mit unserem PersonalFitness Angebot im Trend! Denn diesen Lifestyle leistet sich, wer beruflich stark eingespannt ist und sich zugleich gesundheitsbewusst verhalten möchte. Diese Klientel bevorzugt effiziente und flexible Trainingsprogramme. Und genau hier setzt Personal Fitness mit einem maßgeschneiderten Angebot an.



Was steckt in meinem PersonalFitness Angebot alles drin?

Egal bei welchem Thema Sie fit werden wollen, wir trainieren Sie!

Ob Weiterbildung, Studium, Beruf, Ernährung oder Sport – mit PersonalFitness erhalten Sie die richtigen Tipps und Anleitungen.

Ihr Einsteiger Paket – In 1, 2, 3 Schritten zur PersonalFitness

PersonalFitness ist die effektivste Form des Trainings.

Schritt 1: Erhalten Sie konkrete, auf Ihre Bedürfnisse und Situationen abgestimmte Trainingshinweise in Ihrer kostenlosen Beratung durch einen hoch qualifizierten Personal Trainer.

Schritt 2: Sie möchten mehr PersonalFitness, dann entscheiden Sie sich im Anschluss an das kostenlose Analysegespräch für das Personal Training Startangebot für 59 Euro:

- Eine Einheit von 60 Minuten Personal Training
- Individuelle Trainingsberatung
- Gemeinsame Zielplanung
- Ernährungstipps
- Praxis- und Profitipps

Entdecken und erleben Sie jetzt den Unterschied. Entscheiden Sie sich jetzt für das Angebot PersonalFitness und profitieren Sie von den Trainingsmethoden der Profisportler.

Wie kommen Sie an Ihren Personal Trainer?

Unter www.personalfitness.de finden Sie Ihren persönlichen Trainer.

Schritt 3: Einfach anklicken, anrufen und aktiv werden!

PersonalFitness.de ist Europas größte Agentur für Personal Trainer. Auf der Internetseite von PersonalFitness.de, finden Sie über 500 hoch qualifizierte Personal Trainer in Deutschland, Österreich und der Schweiz.

Frank Lemmermann und Cyrus A. Rahman



Weitere Angebote für Wellness und Fitness finden Sie unter:

www.gesundaktivclub.de

Ihr Barmer Gesundheitsclub