

Machen Sie Ihren Körper zur Fettverbrennungsmaschine!



Ich hab aber keine Zeit zum trainieren. Kennen Sie diesen Satz? Dabei braucht man nur 40 Minuten Zeit, um beim Trainieren seines Körpers erfolgreich zu sein! Durch eine spezielle Kombination aus Kraft und Ausdauertraining zwei- bis dreimal die Woche sowie eine angepasste Ernährung können Sie Ihren Körper dauerhaft zur ‚Fettverbrennungsmaschine‘ machen,“ so Michael Pertl von der Gesundheitswelt Kufstein. „Es ist auch wichtig, dass man Rückentraining bzw. allgemeines Aufbautraining das ganze Jahr über aufrecht erhält. Es nützt nichts, wenn

man z.B. nur im Winter trainiert,“ betont der staatlich geprüfte Fitness- und Personaltrainer. In der Gesundheitswelt Kufstein werden Ihnen nach Terminvereinbarung Trainingspläne nach dem neuesten Stand der Trainingswissenschaft erstellt. Machen auch Sie Ihren Körper dauerhaft zur Fettverbrennungsmaschine!

Mehr Infos finden Sie unter:

Gesundheitswelt Kufstein
www.gesundheitswelt.at
Tel.: 05372/6912-340

Gratis-Parkplätze sind vorhanden!