

## **EIN BESONDERES GESCHENKE-HIGHLIGHT: PERSONAL TRAINING VOM PROFI**

**Um zur Hochzeit im Brautkleid bzw. im Anzug oder zu einem anderen wichtigen Anlass eine richtig gute Figur zu machen – das Personal Training mit unserer Diplomsportwissenschaftlerin Alexandra verschafft auch den größten Sportmuffeln Spaß an Bewegung und Fitsein.**

Alexandra zählt zu den beliebtesten Personal Trainer/innen Deutschlands. Die Expertin für Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität ist seit über 20 Jahren mit großem Erfolg und Freude dabei. Sie absolvierte an der Technischen Universität München den Studiengang „Diplom-Sportlehrerin für Prävention und Rehabilitation“. Ihr Interesse gilt neben den körperlichen und "rein" medizinischen Vorgängen ebenso den geistigen und seelischen Zusammenhängen. So bildete sie sich in den Bereichen Mental-, Entspannungstraining, Psychologie und NLP weiter. Es folgten zahlreiche zusätzliche Aus- und Fortbildungen. Durch die Kombination fachlicher Kompetenz mit feinsinnigem Gespür entwickelt Alexandra ihre Erfolgskonzepte. Die gebürtige Österreicherin hat bislang vielen Menschen unterschiedlichen Alters zu mehr Lebensqualität, Wohlbefinden und besserer Gesundheit verholfen. Alexandra liebt und lebt ihre Berufung. Ihr gesamtes Herzblut widmet sie ihrer Arbeit und ihren Kunden.

### **Personal Training mit Alexandra**

Das Konzept: Mit minimalem Aufwand maximale Erfolge erzielen – verbunden mit viel Spaß und sympathischer Betreuung.

**Ob als Geschenk oder für Sie selbst.**

*Interesse? fragen Sie uns.*

