

Im Sportstudio werden Sie vom Trainer in die Grundlagen eingeführt, als Tanzschüler absolvieren Sie die ersten Schritte unter fachlicher Anleitung, schwierige Kinder betreut die Super-Nanny.

Fachlicher Rat und professionelles Training hilft Fehler zu vermeiden. Sie erreichen das angestrebte Ziel schneller.

Egal ob beim Sport, beruflich oder privat, fachkundige Hilfestellung ist immer von Vorteil. Auch beim Abnehmen, bei einer Ernährungskorrektur ist ein ausgebildeter Esstrainer der Garant für den schnellen und dauerhaften Erfolg.

Ihr persönlicher Trainer zeigt den geraden und damit kürzeren Weg durch die unzähligen Diäten und Empfehlungen.



Was können Sie erwarten?

Ein individuelles auf Ihren Tageslauf und die persönlichen Vorlieben abgestimmtes Erfolgsprogramm.

Sie lernen frustrierende Fehler zu vermeiden, sich feste Ziele zu setzen und diese auch zu erreichen.

Wie ein Trainer im Sport, so betreut, motiviert und lenkt Sie der Esstrainer zum Erfolg.

Lassen Sie mich Ihr Trainer sein, für den dauerhaften Erfolg.

Diäten haben eine Erfolgsquote von 5%, Gruppenprogramme von circa 30%, individuelle Betreuung durch einen Esstrainer von über 70%.

Für welchen Erfolg entscheiden Sie sich?





LLID - esstrainer

LLID - esstrainer



Sie haben den Entschluss gefasst, ein leichteres Leben zu starten – dann werde ich Sie dabei in Theorie und Praxis ganz individuell beraten, motivieren und unterstützen! Erwarten Sie von mir ein persönliches Training mit professionellem Know-How, das Sie in die Lage versetzen wird, auch langfristig ein schlankeres Leben zu führen.

Zusammen werden wir Ihre Ernährung umstellen – Schritt für Schritt.

Ich begleite Sie gerne dabei!

Ulrike Mevißen

02452/1559186 oder 0177/2586277

oder persönlich:

mittwochs und freitags zu den Öffnungszeiten
in der St. Gangolfs-Apotheke, Hochstraße 145
52525 Heinsberg · Tel.: 02452/3388

Email: ulrike.mevissen@gmx.de

Internet: www.esstrainer.de



Lassen Sie mich Ihr Trainer sein

