Ich nehme schon seit vielen Jahren an verschiedenen Kursprogrammen, wie z. B. Bauch- Beine- Po, Body Styling etc. teil.

Als mein Mann zu Gerd zum Personaltraining gegangen ist und tolle Erfolge erzielte, entschloss ich mich, an Gerd`s Kursprogramm teil zu nehmen.

Zweimal die Woche nehme ich an 2- 3 Kursen teil. Mit Spaß und voller Motivation bringt Gerd uns immer zum Lachen und vor allem zum Erfolg.

8 kg weniger und straffere Formen sind der Erfolg.

Seit 2 Jahren habe ich das Personaltraining bei Gerd in mein Programm mit aufgenommen !

Weitere 6 Kilo sind gefallen. Ich halte mein Gewicht konstant und verbessere meine Kondition kontinuierlich !

Zusätzlich verlasse ich mich 100%ig auf Gerd´s Wissen im Nährstoff-bereich.

Termin steht schon.

Conny