

Donie's Personalstudio, für mich die Nummer 1

Ich kenne Gerd schon aus der Zeit, als er noch Trainer im Injoy in Arnstadt war. Für mich immer ein kompetenter Ansprechpartner in allen Fragen und Problemen beim Training dort. Er hat sein Hobby zum Beruf gemacht und dass spürte man auch.

Als er sein eigenes Studio eröffnete, war es für mich Wunsch und Ehrensache, ihn zu begleiten und ich habe es nicht bereut.

Das Training im neuen Studio macht einfach Spaß und Gerd findet immer wieder neue Bewegungsabläufe für mein Training, so dass alle Muskelgruppen effektiv trainiert werden. Er zeigt mir meine Grenzen auf und wie ich sie durchbrechen kann.

Für ihn steht der Mensch an erster Stelle und nicht der Profit.

Zusätzlich zum Training gibt es noch eine professionelle Ernährungsberatung, welche die Pfunde purzeln lässt.

Mein persönliches Ergebnis nach 4 Monaten Training bei Gerd:

- keine Rückenschmerzen mehr
- von Hosengröße 38 zu Größe 34
- es geht mir rundum besser

Ich kann Gerd Donie zu 100 Prozent weiter empfehlen.

Hartmut Thürmer

