

Leistungsbeschreibung

InShape Personaltraining & Ernährungsberatung

Herzlich Willkommen bei InShape

Wir freuen uns Sie auf unserer Homepage begrüßen zu dürfen.

Sie haben sich Ziele gesetzt?
Sie möchten Ihr Wohlbefinden & Ihre Fitness steigern?
Dann sind Sie bei InShape richtig!
Wir bringen Sie in Form!



Egwuatu Cecil

Einen flachen Bauch, Rückenschmerzen los werden, einen knackigen Po, straffen Körper, Stressabbau, Muskelaufbau oder der komplexe Fettabbau, das alles sind erreichbare Ergebnisse, die Sie durch unser personalisiertes Training und durch unsere individuelle Betreuung erzielen werden.

Unser ganzheitliches Gesundheitsmanagement basiert hauptsächlich auf drei Eckpfeilern:

Exklusives Personaltraining, gesunde fettabbauende Ernährungsform, internistische Facharztbetreuung im Hintergrund! Durch diese perfekt auf Sie abgestimmte individuelle Betreuung werden wir Sie systematisch auf Ihrem Weg zu Ihrer Traumfigur, präventiver Krankheitsvorsorge und einer gesunden Lebensführung begleiten und aktiv unterstützen.

Der Personaltrainer und ehemalige Profisportler Cecil Egwuatu betreut Sie als Einzelperson, aber auch Gruppen oder Unternehmen. Bitte nehmen Sie für ein unverbindliches Beratungsgespräch einfach Kontakt mit uns auf.

Wir freuen uns auf Sie!

Angebot

Trainingsregionen • Hamburg

Qualifikationen

- - Lehrer für Fitness, Gesundheit und Sportrehabilitation
- - Personaltrainer (BDPT und BSA)
- - Ernährungsberater
- - Gesundheitstrainer
- - Rehabilitationstrainer
- - Rückenschultrainer
- - Fitnesstrainer A- und B-Lizenz
- - Cardiotrainer
- - Pilates Matwork Trainer

Trainingsangebot

- Vibrationsplatte
- Kabelzug
-

- Multipresse
- Kettlebell
- Flexibar
- XCo Trainer
- Togu Super ABS-Ball

Schwerpunkte

- Personaltraining, Firmenfitness, Ernährungsberatung
- Gewichtsreduktion, Problemzonen, Fettabbau, Sport,
- Fitness, Flexi Bar, Bauchmuskeln, abnehmen,
- Muskelaufbau, Straffung, Körperstraffung