

Leistungsbeschreibung

Gemeinsam, Erfolgreich, zum Ziel

Herzlich Willkommen bei FIT mit STIL Personal Training!

SIE haben wenig Zeit,
sind beruflich ausgelastet,
leiden unter Rücken-, Schulter-, Nackenschmerzen,
haben Übergewicht, hohen Blutdruck,
müssen etwas für Ihre Gesundheit tun,
IHNEN fehlt der Ehrgeiz,

und suchen fachkundliche, kompetente Betreuung,

wissen aber nicht wie Sie starten sollen?

Gemeinsam, Erfolgreich, zum Ziel!
so lautet mein Motto.

Lassen Sie uns,
nach einem unverbindlichen Beratungsgespräch inkl. Anamnese,

Gemeinsam starten und Erfolgreich werden!

Ich freue mich auf Sie!

Sportliche Grüße

Ihr persönlicher Lifestylecoach
Sascha Endres



Sascha Endres

Angebot

- Trainingsregionen**
- Ruhrgebiet
 - Kreis Unna
 - Märkischer Kreis
 - Dortmund
 - Bochum
 - Schwerte
 - Unna
 - Hagen
 - Iserlohn
 - Menden
 - Kamen
 - Fröndenberg
 - Wetter
 - Bergisches Land
 - Wuppertal

- Qualifikationen**
- zertifizierter Fitnesstrainer

- Personal-Trainer
- Dorn- Therapeut
- Sport- und Regenerationsmassage
- Rückenfitness-Trainer
- Koordinationstrainer
- medizinisches Freihanteltraining
- medizinisches Seilzugtraining
- Medical Free Weight- Instructor
- Reha-Trainer
- Trainer für Funktionsdiagnostik
- Ernährungstrainer
- Trainer für Osteoporoseprävention
- Trainer für Arthroseprävention
- Trainer für Diabetesprävention
- Trainer für Immunfitness
- Stoffwechseltrainer
- Regenerationstrainer
- Entspannungstrainer
- GALILEO Vibrationstrainer

Trainingsangebot

- Personal Training
- Rehabilitationstraining
- Firmen Fitness/
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Ernährungskoaching
- Mobile Massage
- Mobiles Vibrationstraining BODYVIB und GALILEO

Schwerpunkte

- CORE Training
- ATHLETIC Training
- FUNCTIONAL Training
- LIFESTYLEcoaching
- Body Shaping
- Gleichgewichtsschulung
- Vibratiionstraining
- Ernährungsoptimierung

Partner

- Allgemeinmediziner
- Kardiologe
- Chirurg
- Apotheken

Mitgliedschaften

- www.personalfitness.de
- www.bdpt.org
- www.xing.com

Referenzen

- [s. fitmitstil.de](http://s.fitmitstil.de)