

# PERSONAL TRAINING!



## Was ist Personal Training?

- Spaß durch persönliche Betreuung und Anpassung auf die eigenen Bedürfnisse, wir kommen auch gern zu Ihnen nach Hause
- 1:1 Betreuung durch qualifizierte Physiotherapeuten und Dipl. Sportwissenschaftler
- 30 – 60 min. individuelles Training
- Regelmäßige Erfolgskontrolle durch Bewegungsanalysen und Krafttests

## Warum Personal Training?

- Zeitlich effizient und effektiv
- Regelmäßiger Trainingstermin
- Stressabbau

**Gutschein für einen  
gratis Schnuppertermin!**

**Einfach Ausdrucken und bei uns vorlegen!**

**Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann vereinbaren Sie einfach eine gratis  
Probestunde unter: 07151-480648 oder [praxis@physioundsport-kernen.de](mailto:praxis@physioundsport-kernen.de)**