

Gesund und fit mit einem Experten

– Folge 4 –

Der Rennsteiglauf ist nun vorbei. Auch wenn ich mich in diesem Jahr nicht getraut habe mitzulaufen, bin ich guter Dinge, nächstes Jahr dabei zu sein.

Obwohl sich mein Körpergewicht von nun nicht mehr vorstellbaren 112,8 kg auf sensationelle 86,5 kg reduziert hat und mein Personaltrainer Rick Korsawi bis zum letzten Tag an mich geglaubt hat, war der Respekt vor der 17 km Walkingstrecke größer als der Wille.

Vielen Dank an dieser Stelle an Rick Korsawi, ohne den ich diesen Lebenswandel und meinen Erfolg nie geschafft hätte.

*Und denken Sie daran:
Man kann Ihnen den Weg weisen, gehen müssen Sie ihn NICHT alleine.*



*Personaltrainer Rick Korsawi steht Ihnen gerne hilfreich zur Seite.
Ihre Sandra*



Hilfe, Tipps und Anregungen erteilt:

**Personaltrainer
Rick Korsawi**

Telefon: 0173 8807850
info@personal-bodytraining.de

