

NEU

Zusatzangebot Fitness und Kraftsportabteilung

Trainingsempfehlung + Ernährungstipps zert.

begleitend zu deinem Krafttraining



Zeit zu „Hanteln“

Muskeln sind unser Motor

Die Kombi macht's:

Krafttraining + gesunde Ernährung =

Fitness bis ins hohe Alter

Ernährungsleitfaden ergänzend zu Deinem Training für 10,-- €

bei Liselotte montags 16:00 Uhr

mit Terminanmeldung im Krafraum

keine Diät - keine komplizierten Regeln - alltagstauglich