



Schmerzfrei und Fit in 4 Wochen!

Angebot für Neukunden

Schmerzfrei + Fit

~~299,- €~~ für nur 199,- €

Wie?

--> Mit meinem entwickelten Schmerz- und Trainingskonzept!

Was Du bekommst:

- Vorabbesprechung der Situation und des Ziels (15 Minuten)
- 4x 50 Minuten Personaltraining + Schmerztherapie nach Zielsetzung inkl. Kurz-Anamnese
- Analyse muskulärer Defizite durch Muskelfunktionstests + Mobilitätscheck zur Suche der Schmerzursache
- Ernährungsberatung + Auswertung Ernährungsprotokoll
- Trainingsplan, Mobilitätsprogramm sowie Schmerzfrei-Übungen für Zuhause
- Implementierung einer Trainingsroutine

Kontakt

Mobil unter 0163 1707681 oder per Mail an: marc@mb-workouts.de