

Du möchtest was an deinem Körper verändern? Schaffst es aber nicht es alleine durchzuziehen? Bist es leid dich alleine zu motivieren. Dann hab ich hier eine Lösung für dich.

Ein 6-wöchiges Abnehmprogramm mit Isabel Brocher

Auch ich weiß wie hart es sein kann, konsequent zu sein und durchzuhalten. Ich habe seit ich ein Teenager war, Probleme mit meinem Gewicht. Ich kämpfe sogar heute noch es zu halten und weiter an Gewicht zu verlieren. Deshalb lass uns gemeinsam an unser Ziel kommen.

Lass mich, dir helfen!

Inhalt des Programm's

- 6- Wochenernährungsplan
(mit einfachen Gerichten)

- 4x wöchentlich
Sporteinheiten

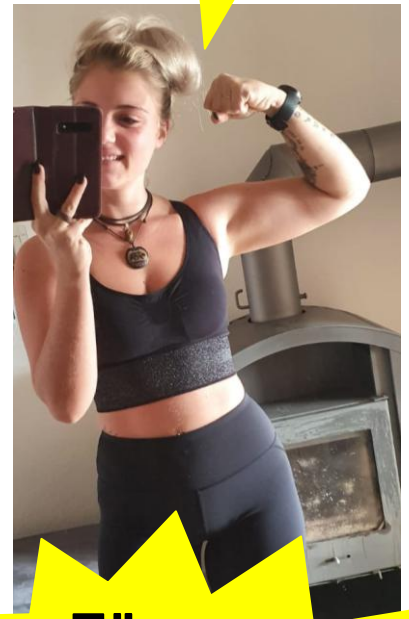
Mit 1x Hit-Training
(Video Aufnahme)
1x Krafftraining
(Video Aufnahme)

Online
über
Zoom

2x Workout's

(ich komme zu dir nachhause)

- Tipps und Tricks gegen
den Heißhunger
- 1x wöchentlich
Kontrollwiegen
- Ein persönlicher Coach
den du kennst und der dich
unterstützt



Für

139,-€

Hab ich dein Interesse geweckt ? Für weitere Info's melde dich bei mir! Würde mich auf deine Teilnahme freuen.

