

FIT & GESUND

Einfach schlank mit Moves

Das medizinische Fitness-Studio impuls in Heidingsfeld startet mit dem neuen Kurs „Moves – einfach schlank“ in den Frühling

Das medizinische Fitness-Studio impuls in Heidingsfeld startet mit einem neuen Abnehm- und Umformungskurs namens „Moves – einfach schlank“ in den Frühling. Entwickelt hat das Schlankkonzept Fitness-Coach Holger Klemm. Er hat über zwanzig Jahre tausende Abnehmwillige betreut - und dabei die Menschen analysiert, die bis zu achtzig Kilo verloren haben und gleichzeitig ihr neues Gewicht über Jahre hinweg halten. Dabei hat er verblüffende Übereinstimmungen entdeckt, die für den dauerhaften Erfolg maßgeblich sind.

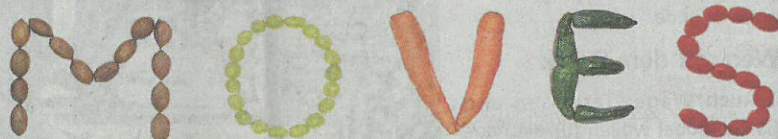
Vereint und zusammengefasst hat er seine Erfahrungen im neuen Schlankkonzept Moves, das jetzt erstmalig in Würzburg im impuls-Fitness-Studio an den Start geht. Es enthält die fünf entscheidenden Bausteine zur Wunschfigur: Motivation, Organisation, Verhalten, Energie und Sport.

Das Erfolgsrezept der Schlanken

„Ich habe mir bewusst das medizinische Studio impuls ausgesucht für mein Programm, da die Kompetenz der Trainer und das Ambiente seinesgleichen sucht in Würzburg“, sagt Klemm. Schritt für Schritt erklären der Coach und das impuls-Team leicht und verständlich den Teilnehmern die geheimen Erfolgsrezepte der dauerhaft Schlanken.

Klemm legt dabei großen Wert auf die ganzheitliche Vorgehensweise, damit die verlorenen Kilos auch langfristig verschwinden:

davon bekommen, es tut so gut. Das Leben macht wieder Spaß. Ich fühle mich fit und glücklich, und die Kilos purzeln immer weiter - bis heute habe ich schon 18 Kilo verloren. Ich habe wieder Freude daran, aus dem



„Moves bietet einfache Techniken, sofort umsetzbare Tipps und überraschend neue Methoden, aus denen Sie sich ganz individuell das heraussuchen können, was zu ihrer Lebenssituation passt.“

„Das Leben macht wieder Spaß“

Die Ernährungsgrundlage von Moves basiert auf drei Säulen: Energieaufnahme senken, Energieverbrauch erhöhen und eben die richtige Energie zuführen. Die ehemalige Teilnehmerin Ute Suchy sagt über das Programm: „Als ich Moves kennenlernte, war ich sofort begeistert. Ich zog das Sechs-Wochen-Programm konsequent durch und verlor über sieben Kilo. Ernährungsanpassung und Sport – obwohl ich der größte Sportmuffel war! Heute kann ich nicht genug

Haus zu gehen und lerne viele neue Leute kennen, einfach durch meine neue positive Ausstrahlung. Sogar shoppen macht wieder Spaß. Ein unbeschreibliches Gefühl!“

Die lästigen Pfunde für immer verlieren

„Moves ist ein komplett neuer Ansatz, die lästigen Pfunde für immer zu verlieren“, erklärt Klemm. Der Kurs startet am Freitag, 24. März und dauert sechs Wochen. Zu lange zögern sollten Sie nicht - die Nachfrage ist groß und die Teilnehmerzahl begrenzt. Und: Die ersten 20 Teilnehmer zahlen nur 99 Euro für den kompletten Kurs!

Anmeldung und mehr Informationen zu Moves persönlich im impuls Fitnessstudio in Heidingsfeld und telefonisch unter (0931) 35 93 43 80.

Sonderveröffentlichung

impuls
Reha Fitness Wellness

Moves
einfach schlank

el. 0931 3593438-0 | www.impuls-wuerzburg.de

Die Praxis

DR. MED. DENT. JENS SACHAU

**Ihr strahlendes Lächeln!
ste Zähne in kurzer Zeit!**

ik des MIMI®-Verfahrens und jahrntelanger Erfahrung des zertifizierten antologen Dr. Jens Sachau ist das möglich. Wir beraten Sie gerne!

MIMI®) . angstfreie Behandlung in Sediengen . Zahnersatz . Alles aus einer Hand

www.wob24.net

Genieß es!

www.absolutrelax.de