

Fit, Gesund & Lockerleicht

unser Ernährungscoaching – ganz nach deiner Wahl!

mit Daniel Wartberg im Februar, März und April 2022

FGL #97

In unserer sechsteiligen Seminarreihe begleiten wir dich drei Monate lang auf dem Weg zu deinem Wunschgewicht und mehr Gesundheit. Wissenschaftlich analysiert und „leicht verdaulich“ aufbereitet beantworten wir dir alle deine Fragen rund um das Thema Ernährung – inklusive Umsetzungstipps, Einkaufslisten, Rezeptideen und vielem mehr.

6 Seminartermine inkl. Material

Mitglied 120,00 €
Nicht-Mitglied 144,00 €

FGL Plus #98

Sport und Ernährung, das perfekte Duo für mehr Gesundheit und Energie in deinem Leben. Mit diesem Kurs kannst du nach einem umfassenden Eingangsscheck alle unsere Sportangebote in den Hallen und im Studio parallel zu den Ernährungsseminaren nutzen. Zusätzlich erhältst du einen individuellen Trainingsplan, der optimal an dich und deine Sport- und Ernährungsziele angepasst ist.

6 Seminartermine inkl. Material
Training in Halle & Studio,
nach Wunsch

Mitglied 210,00 €*
Nicht-Mitglied 274,50 €

FGL Intensiv #99

Die Seminarinhalte sollen perfekt auf dich zugeschnitten sein? Kein Problem mit unserem Intensivprogramm. Neben den Seminaren, sowie der Nutzung des Studios und den fortlaufenden Angeboten in den Hallen analysieren wir dreimal deine Ernährung für dich, zeigen dir nachhaltige und konkrete Verbesserungen auf und arbeiten in drei weiteren Einzelcoachings ganz individuell an deiner Ernährung.

6 Seminartermine inkl. Material
Training in Halle & Studio,
nach Wunsch, sowie
3x Einzelcoaching und
3x Ernährungsanalyse

Mitglied 684,50 €*
Nicht-Mitglied 749,00 €

*Für die Dauer des Kurses pausieren die Fachbereichsgebühren für Fit und Gesund, Fit und Gesund Plus oder Studio.

Infos und Anmeldung: über unsere Rezeption
oder online www.sglangenfeld.de