

Personal Training

Jetzt neu im Vitenso Health Center

Dein Ziel. Dein Trainer. Dein Ergebnis.

**Stärker, schmerzfrei und in Form –
1:1 nur für dich.**

Wenig Zeit, Rückenbeschwerden vom Sitzen, schon vieles probiert – aber nichts ist hängengeblieben? Genau da setzen wir an: 1:1 auf dein Ziel und deinen Alltag abgestimmt holen dich deine Personal Trainer dort ab, wo du stehst – und bringen dich sichtbar weiter.

- ➔ **Rücken frei:** Schluss mit Beschwerden vom Sitzen – stabiler Rumpf, aufrechte Haltung.
- ➔ **Sichtbar in Form:** Muskelaufbau mit Plan, der dich Woche für Woche weiterbringt.
- ➔ **Nachhaltig abnehmen:** ohne Crash-Diät und Verzichtsstress – alltagstauglich.
- ➔ **Mehr Energie im Alltag:** vom Treppensteigen bis zum Einkauf und Kindertragen fällt alles leichter.
- ➔ **Sicher zurück nach Verletzung:** behutsam und physiotherapeutisch begleitet.

Deine Personal Trainer



Farris Elghadi

Ernährungsberater | 18 Jahre Erfahrung
**Training & Ernährung
aus einer Hand.**



Nicholas Enslin

Physiotherap. Behandlungen | 10 Jahre Erfahrung
**Der sichere Wiedereinstieg
nach Beschwerden.**



So startest du:

QR-Code scannen & uns kurz schreiben – wir melden uns bei dir und finden einen Termin für dein kostenloses Beratungsgespräch.
pt@vitensio-darmstadt.de

**Einführungsaktion –
Nur für kurze Zeit!**

**12 Einheiten zum Preis von 10.
990 € statt 1.188 €. Zwei Einheiten geschenkt.
60 Minuten individuelles Coaching pro Einheit.**

**JETZT
198 €
SPAREN**