



# OnlineFit

FIT VON ÜBERALL - DEINE  
PERSÖNLICHE ONLINE  
TRAININGSBETRUUNG

## **Deine Fitness. Dein Tempo. Dein Zuhause.**

Möchtest Du Deine Fitnessziele flexibel und unabhängig von Deinem Standort erreichen? Mit meiner Online Trainingsbetreuung hast Du Deinen Coach immer dabei – egal, ob zu Hause, im Büro oder auf Reisen.

### **Was bietet meine Online Trainingsbetreuung?**

#### **Individuelle Trainingspläne**

Ein maßgeschneiderter Trainingsplan, der genau auf Deine Ziele und Deinen Alltag abgestimmt ist.

#### **Persönliche Betreuung**

Regelmäßige Rücksprache per Video-Call, um Deinen Fortschritt zu besprechen und das Training anzupassen.

#### **Flexibilität pur**

Trainiere wann und wo Du willst – Du brauchst nur eine Internetverbindung.

#### **Ganzheitlicher Ansatz**

Neben dem Training unterstütze ich Dich mit Tipps zu Ernährung und einem gesunden Lifestyle.

### **Für wen ist die Online Betreuung geeignet?**

Perfekt für alle, die flexibel und ortsunabhängig trainieren möchten – vom Einsteiger bis zum Fortgeschrittenen. Ob Du ein straffes Programm suchst oder sanft in die Fitnesswelt einsteigen willst, ich stehe Dir zur Seite.

## **Flexibel. Persönlich. Erfolgreich - Mit Online Training zum Ziel!**