



## PERSONAL TRAINING.

Babett Richwien-Seitz, arbeitet seit über 20 Jahren in Hamburg als Personal Fitness Trainerin - lizenziert nach dem Bundesverband Deutscher Personal Trainer. Als Ihre persönliche Trainerin geht sie individuell und flexibel auf Ihre sportlichen und gesundheitlichen Ansprüche ein. Ganzheitliche Trainingsmethoden, kompetente Betreuung und Spass stehen dabei im Vordergrund.

Gerne begleitet Babett Sie auf dem Weg zur Optimierung Ihres Wohlbefindens.

Das bietet sie:

- Golf-Fitness
- Walking
- Muskelaufbau
- Koordination
- Gleichgewicht
- Mobilisation
- Ernährung
- Ausdauer
- Aqua-Fitness
- und vieles mehr gehört zu ihren Kompetenzen

Für ein erstes persönliches Gespräch vereinbaren Sie gern einen Termin.  
Telefon: +49 177 7613055.

