



Ernährung



Die Ernährung ist **absolut entscheidend** für ein erfolgreiches Training.

Beim ersten Gespräch werden wir die wichtigsten Voraussetzungen Ihrer individuellen Ernährung besprechen, um eine optimale Basis zu schaffen, damit Sie Ihre ganz persönlichen Ziele erreichen können.



D'Elite trainiert im Optimum-GYM

Optimum Gym, Grotzenmühlestr.25, 8840 Einsiedeln Natel 076 403 96 56