

## Die große „Abnehm-Challenge“

Liebe Anifer:

Die Ausdauerschmiede startet am Montag, 16. November in Anif, für Anif eine große „Abnehm-Challenge“.

Jeden Tag von Montag – Freitag (bis Mittwoch, 30. Dezember) gibt es einen Wettkampf der extremen Art.

Es heißt zwar immer am Anfang soll man langsam machen, aber wenn man wirklich abnehmen und ungesunde Lebensgewohnheiten in ein gesundes Verhalten ändern will, dann muss man sich absolut überwinden und sich auch wenn es schwer fällt, richtig quälen. Das Motto lautet „ganz oder gar nicht“.

Mit natürlichen Hilfsmitteln (Ausdauerschmiede-Style) wird gekräftigt, gewalkt, gelaufen und jedenfalls viel geschwitzt. Dafür garantiere ich als professioneller Trainer!

...und um Ihren Energielevel hoch zu halten ist auch mein Partner und Ernährungsmediziner Dr. Günter Goiginger mit an Board. Er vermittelt Ihnen das nötige Wissen bzw. Verständnis zum Thema Ernährung und versorgt Sie mit der Energie, die man benötigt um einen intensiven Trainingszyklus durch zu halten, ohne schlapp zu machen.

Gewinner sind alle, die mitmachen! Jedoch derjenige, der im Rahmen des Programms den höchsten % -Satz seines Körpergewichtes verliert, gewinnt seinen Einsatz zurück und kann zusätzlich an einem Semesterkurs in der Ausdauerschmiede gratis teilnehmen.

**ACHTUNG.** Teilnehmerzahl begrenzt – also schnell anmelden!

Freue mich schon auf euch.

Sportliche Grüße  
Emanuel

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Barauszahlung des Gewinnes sowie Umtausch dessen sind ausgeschlossen. Der Gewinn ist nicht übertragbar