

FRANCO FERRARO

SELBSTSTÄNDIGER PERSONAL TRAINER MIT FACHKOMPETENZ

- **FÖRDERUNG DER BEWEGLICHKEIT**
Übungen im Stretching und Five Rückenzentrum
- **GEWICHTSREDUKTION**
Kraftausdauertraining und Ernährungsberatung
- **RÜCKENTRAINING**
Tiefenmuskeltraining und Wirbelsäulenbeweglichkeit

MOTTO

Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen.

AUSBILDUNGEN

- Fitnesstrainer A-Lizenz
- Group Fitness A-Lizenz
- Ernährungsberater A-Lizenz
- Fitness- und Gesundheitstrainer der IHK

TRAININGSANGEBOTE

- Vielfältige Group Fitness Kurse
(Rücken Fit, Bodystyling, etc.)
- Ernährungsberatung
- Athletik Training

KONTAKT

0171 / 62 09 442

francoferraro@gmx.de