

Daniela Vollenweider
Personal Training

Basel, 09. Februar 2021

Feedback zum Personal Training

Geschätzte Frau Vollenweider

Seit nunmehr drei Jahren trainiere ich unter Ihrer Ägide wöchentlich ein bis zwei Mal für eine volle Stunde. Ich schätze es sehr, dass Sie dafür in meine privaten Räume kommen, wo ich mit Ihnen ein auf meine Bedürfnisse abgestimmtes Personal Training absolvieren kann.

Als ich am 16.03.2017 mit Ihnen das Training begonnen habe, wollte ich ein auf mich massgeschneidertes sowie muskel- und demzufolge kraftaufbauendes Coaching erhalten. Besonderes Augenmerk war mir die Erhaltung des Gleichgewichts und die Aufrichtung der Körperhaltung. Dies hat mit Ihrem Motto «**Mässig, aber regelmässig**» bestens funktioniert. Ich fühle mich seither geistig und körperlich viel fitter und energiegeladener. Sehr positiv hat sich das Training auch auf meine Rückenbeschwerden ausgewirkt.

Jedes Mal, wenn Sie mit Ihrem sehr angenehmen und strahlenden Wesen bei mir erscheinen, bin ich höchst motiviert und freue mich auf unser anstehendes Training.

Das Personal Training mit Ihnen gilt für mich als eine meiner besten Investitionen.

Mit brillanten Grüssen



Mirjam A. Ginsberg