



*Starten Sie  
glücklich und gesund  
in den Sommer!*

*Gemeinsam  
Ziele erreichen*

Was Sie  
im Kurs erwarten  
dürfen

HAPPY &  
HEALTHY  
SUMMER-  
BODY

- Persönliche, umsetzbare Lösungen für Ihren Ess- und Bewegungs-Alltag, die Sie im Kurs aktiv trainieren
- Professionelle Betreuung und Beratung
- Basis- und Detailwissen rund um das Essen und die Bewegung, um glücklich und gesund in den Sommer zu kommen
- Messung der Körperzusammensetzung\*, um alle Ihre Erfolge sichtbar zu machen
- Eine für Sie maßgeschneiderte Fibel für Ihren Happy & Healthy Summer-Body!



\* Wozu dient  
die Messung der  
Körperzusammensetzung  
▶ VIDEO

**KOSTEN** 250,- €  
10 Stunden bzw. 9 Termine (abends)  
Kleingruppe (4 - 8 Teilnehmer)

**ORT** Tesdorfstrasse 11  
20148 Hamburg (Nähe Bhf. Dammtor)

**i ALLE TERMINE UND ANMELDUNG**  
[www.heikeniemeier.de/termine](http://www.heikeniemeier.de/termine)

... UND DER SOMMER KANN KOMMEN!

**Daniel Hönow**

PERSONAL TRAINER  
UND PHYSIOTHERAPEUT



TEL 01 63 / 781 44 93  
MAIL [info@bodycoaching.de](mailto:info@bodycoaching.de)  
WEB [www.bodycoaching.de](http://www.bodycoaching.de)

**Dr. Heike Niemeier**

ERNÄHRUNGSBERATERIN UND  
DIPL.-ÖKOTROPHOLOGIN



TEL 01 72 / 413 01 65  
MAIL [niemeier@heikeniemeier.de](mailto:niemeier@heikeniemeier.de)  
WEB [www.heikeniemeier.de](http://www.heikeniemeier.de)