

MIKE'S

FITNESS & COACHING

Coaching mit wöchentlichen Form-Updates und flexiblen, individuell angepassten Plänen

Unser Coaching geht weit über ein gewöhnliches Trainings- oder Ernährungsprogramm hinaus. Es ist ein persönlicher und dynamischer Prozess, der dir maximale Unterstützung bietet, um deine Ziele effektiv und nachhaltig zu erreichen.

Was dich erwartet:

Wöchentliche Form-Updates

Wir analysieren wöchentlich deinen Fortschritt durch Fotos, Messwerte oder Feedback. Gemeinsam bewerten wir, wie sich dein Körper verändert, und optimieren bei Bedarf deinen Plan. So stellen wir sicher, dass du konstant auf dem richtigen Weg bleibst.

Dauerhafter Kontakt

Du stehst nie alleine da! Per WhatsApp kannst du dich jederzeit mit Fragen oder Anliegen an uns wenden. Wir sind für dich da, um dich zu motivieren, Unsicherheiten zu klären oder spontan auf Herausforderungen einzugehen.

Individuell angepasste Pläne

Dein Leben verändert sich – und dein Plan passt sich an. Ob sich dein Alltag ändert, neue Ziele entstehen oder du auf Herausforderungen wie Verletzungen reagieren musst, wir passen deine Trainings- und Ernährungspläne flexibel und effektiv an deine aktuellen Bedürfnisse an.

Ganzheitlicher Ansatz

Unser Coaching umfasst nicht nur Training, sondern auch Ernährung, Mindset und Erholung. Wir begleiten dich dabei, dein volles Potenzial auszuschöpfen, und sorgen für eine Balance, die zu deinem Lebensstil passt.

Warum unser Coaching?

- 100 % individuelle Betreuung
- Dynamische Anpassung statt starrer Pläne
- Kontinuierliche Motivation und Unterstützung
- Perfekt abgestimmt auf dein Ziel, ob Muskelaufbau, Fettabbau oder Leistungssteigerung

Dein Erfolg beginnt mit einer klaren Strategie und konstanter Unterstützung. Melde dich jetzt für unser Coaching-Programm an und starte deinen Weg zu nachhaltigen Ergebnissen!

Kosten: € 150,00/monatl. incl. Studiogebühr