



Sandra Corzilius
Schauspielerin

Durch meine beruflichen Verpflichtungen fiel es mir sehr schwer Sportangebote wahr zu nehmen. Die Flexibilität des Trainings erlaubt in meiner drehfreien Zeit ein intensives Personal Training.

Dabei ist eine Kombination aus Nordic Walking (was ich immer belächelte und mich das Ergebnis eines Besseren belehrte), Pilates und Entspannung/ Stretching entstanden.

Diese Kombination war und ist perfekt auf mich abgestimmt worden, durch professionelle Einschätzung meiner Bedürfnisse. Das Ergebnis sind ein starker, gesunder Körper und ein wacher Geist.

Ich danke Dir sehr für Deine Arbeit.