



Besuch vom
Ersten Bürgermeister
bei Poing Gutschein Teilnehmern

Folge 21

WORK-FITNESS-BALANCE

Mit viel persönlicher Erfahrung ermittelt Personal-Trainer Thomas Hertel für seine Kunden ihr ganz individuelles und funktionales Fitness-Programm.



Thomas Hertel mit Erstem Bürgermeister Thomas Stark



„Je mehr wir im Job und in der Familie eingespannt sind, desto eher verlieren viele ihre Gesundheit und Fitness aus dem Blick“, meint Thomas Hertel. Er selber ist da definitiv eine Ausnahme,

was als ehemaliger Leistungssportler und Soldat auch nicht weiter verwundert. Hertel hatte aber in der Vergangenheit selbst mit einigen körperlichen Handicaps zu kämpfen und machte so aus der Not eine Tugend. Gezieltes funktionales Training und seine Trainerausbildungen halfen ihm schließlich, für sich das Optimum zu erreichen und sein Wissen zu vertiefen.

Seit 2018 kann man ihn schon als Personal-Trainer buchen – einzeln oder in der Gruppe, je nach Bedarf.

Der Schwerpunkt seiner Arbeit ist Fitness und Schmerzfreiheit bei geringem Zeiteinsatz. Seine Kunden erhalten eine ganz persönliche, gut geplante und kreative Rundumbetreuung.

Als neuer Teilnehmer des Poing Gutscheins freut sich Thomas Hertel über die Marketingaktivitäten und die Möglichkeit, sich damit zu vernetzen. „Das ist eine tolle Sache“, so der Trainer, „ich freue mich drauf.“

Mehr Infos unter www.poinggutschein.de