

FEINSCHMECKER AUFGEPASST: WIR STEIGERN IHRE FITNESS!

1. Fitnessstag für Feinschmecker am 9. März 2013



BODYCOACH
AUS LEIDENSCHAFT

GB

Grit Büchner
Personal Trainerin

GIBT PROFITIPPS!



Kastenmeiers
F&B RESTAURANT & CATERING SERVICE

buggen
nobi

Gerd Kastenmeier
Dresdner Gourmetkoch

KOCHT LIVE!

1 Kastenmeier
F&B



PERFETTO
FEINE KOST BEI KARSTADT

Daniela Schneider
Ernährungscoach
ärztlich geprüft FBB

BERÄT VOR ORT!

STARTEN SIE MIT UNS LECKER UND FIT IN DEN FRÜHLING!

Am 1. Fitnessstag für Feinschmecker zeigen wir Ihnen an 3 Stationen, wie.

1 SPORT

- Körperfettanalyse
- Fitnesscheck
- Gerätetraining



2 KÜCHE

- Live Cooking
- Profitipps
- Rezeptideen



3 ERNÄHRUNG

- Vitalcoaching
- Einkaufstipps
- saisonale Küche



Personal Trainerin Grit Büchner kümmert sich um Ihre körperliche Fitness | Gourmetkoch Gerd Kastenmeier kocht leichte Küche | Ernährungsberaterin Daniela Schneider verrät Ihnen Profi-Ernährungstipps.

Holen Sie sich Expertenwissen und jede Menge schlanken Genuss. **Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie!**

PERFETTO Feinkostabteilung im Karstadt Dresden am **9. März 2013 von 11 bis 15 Uhr** | Karstadt, Prager Straße 12, 01069 Dresden | **EINTRITT FREI!**