

Hauptgewinn: Lebensqualität

SCHLESWIG – Der Jahreswechsel ist ein beliebter Zeitpunkt für sogenannte gute Vorsätze und jeder hat Lebensbereiche, die er optimieren möchte. Der Wunsch nach Fitness, Wohlbefinden und Gesundheit steht da wohl an erster Stelle. Doch ist der Silvesterabend dann vorbei, sind auch die Pläne für das neue Jahr meist schnell vergessen. Wie man jedoch den inneren Schweinehund erfolgreich »überwinden« kann und sich erfolgreich für mehr Sport und Energie motiviert, zeigt Matthias Herzog am Mittwoch, den 12. Januar in dem Fitness-Studio »Fit For Life«, St. Jürgener Straße 55a.



Von 18.28 bis 21 Uhr hält der diplomierte Wirtschaftsingenieur und Sportwissenschaftler einen Vortrag mit dem Thema »Hauptgewinn Lebensqualität«. Der Autor des Buches »Spitze sein, wenn's drauf ankommt!« macht deutlich, wie man mit richtigen Strategien persönliche Grenzen überschreitet und Ziele erreicht, die bisher

unmöglich waren. MoinMoin verlost 3 x 2 Eintrittskarten zu dem Vortrag am 12. Januar sowie drei der Trainingsbücher. Schicken Sie bis zum 10. Januar eine Postkarte an die **MoinMoin Redaktion, Kennwort Matthias Herzog, Callisenstraße 1b, 24837 Schleswig**. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Weitere Infos unter www.fitforlifeschleswig.de. **TEXT/FOTO: WEIDE**


**Moin
Moin**
WOCHENZEITUNG
5. Januar 2011