

BODY-COACHES



BODY-TRANSFORMATION

Mit Biss und gezieltem Coaching zur deutschen Meisterin

Am 06.07.2012 begann die Vorbereitung für Jasmin Schmidts Bühnendebüt auf der deutschen Meisterschaft (GNBF) in Neu-Ulm.

Die Voraussetzungen waren nicht wirklich berauschend; da Jasmin aus einer (nennen wir es einmal) sehr üppigen Off-Season in die Diät einstieg.

Hier einige Fakten zur Entwicklung:

Körpergewicht am 06.07.12

69,5kg

Körpergewicht am 20.10.12

57,5kg

-12kg

Körperfettgehalt (3-Punkt) am 06.07..12

26%

Körperfettgehalt (3-Punkt) am 20.10.12

11%

-15% (-11,74kg)

Originalfotos vom 06.07.12



Originalfoto vom 20.10.12



Wieder einmal zeigt sich, dass die Kombination aus Ehrgeiz, einem starken Willen, etwas Glück und einem gezielten Coaching sprichwörtlich „Berge versetzen“ kann

**GLÜCKWUNSCH AN JASMIN
(Du warst spitze!!)**

Für alle Ungläubigen unter Euch:
Bilder, Daten und Zeitraum sind FAKTEN!!



WWW.BODY-COACHES.DE

IHR ZIEL IST UNSERE HERAUSFORDERUNG !