



Cseresnyés Beáta

Hírlevél



Kedves !

A Cseresnyesbea.hu Hírlevelét kaptad kézhez, melyben a fitness-welnesz világ aktualitásairól, a Body-Balls Konceptióval kapcsolatos fejleményekről, az egészséges életmódról adunk időről-időre - reméljük számodra is hasznos - híreket, információkat. A témakör igen gazdag, mindig van miről írni!

1.) Gyors fogyás-lassú fogyás – hogyan tovább az ünnepek után?

Remélem, mindenkinek sikerült feltöltődnie az év végén – elején.

Fontos, hogy olyan módon pihenjünk, ahogyan mi szeretnénk, s azzal foglalatkosodjunk, ami minket tényleg pihentet.

Örököld kérdés ekkortájt, hogy mi történjen az ez idő alatt feljött kilókkal? Hogyan szabaduljunk meg tőle?

A legfontosabb, hogy igazán tudjuk örülni az ünnepeknek és az ünnep utáni munkakezdesnek. Ha nem sportoltál eleget, nem gond...

Ha túletted magad, nem gond...

A lelkiismeretfurdalás nem vezet sehova – tettekkel és elhatározással viszont annál többre jutunk...

Az alábbi publikáció remélem, segít a megoldásban.

A fogyás misztériuma

2.) A 2010-ES ÉV LEGNAGYOBB FITNESS ÓRÜLETE MAGYARORSZÁGON! STRIKE ZONE – JÖN! JÖN! JÖN!

2.1.)

Kedves Edzők!

Kedves Vendégek!

Figyeljétek a Strike Zone-nal kapcsolatos híreket! Lépésről lépésre kaptok tájékoztatást.

Strike Zone képzés – AZ ELSŐ TANÁROK INDULNAK MINDIG A LEGNAGYOBB ELŐNNYEL! AZ ELSŐ KLUBOK INDULNAK MINDIG A LEGNAGYOBB ELŐNNYEL!

Strike Zone Master Class – RÉSZVÉTELI LEHETŐSÉG ENRICO OLIVIERI STRIKE ZONE MASTER CLASS ÓRÁJÁN – VENDÉGEK RÉSZÉRE IS – jó kis buli lesz... – részletek később

FIGYELEM! KEDVEZMÉNYES JELENTKEZÉSI FELTÉTELEK JANUÁR 22-IG A KÉPZÉSRE!!!

Kattanjatok rá az alábbi linkre:

STRIKE ZONE® képzés

2.2.)

Kedves Body-Ball-os edzők!

Gratulálók legutóbb meghirdetett, projekt jellegű munkátokhoz!

A legjobban teljesített munkatársak:

ENDRÉSZ MÓNI

ROSA

KNOLMAYER ZSANETT

HORVÁTH SZILVIA

Nyereményeitek eljuttatjuk hozzátok!

3.) Mi történt Beával a legutóbbi hírlevél óta?

A)

Bea a Gyöngy magazin 2009. december – 2010. januári számában szerepel a Body-Balls Konceptióval. Jó olvasást kívánunk!

B)

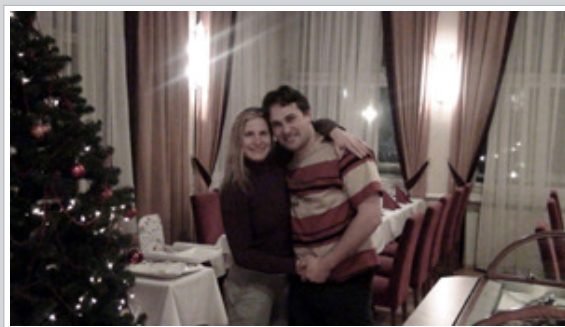
Hogyan töltötték Beáék a Karácsonyt?

Itt elolvashatod.

C)

... s az új esztendőt...

"Férjem volt olyan aranyos és egy háromnapos mátrai hétvégével lepett meg egy nagyon egyszerűen nagyszerű szállodában. A táj csodálatos volt, a levegő üde, friss, az étel finom és választékos, a szolgáltatások pedig pont olyanok, melyekre szükségünk volt. Ide a lányunk nélkül érkeztünk, de azt tervezzük, legközelebb őt is magunkkal hozzuk."



4.) Aktuális képzések, tanfolyamok

A System 4 Life 2010 I. féléves képzései

1. **Body-Balls Továbbképzés** – 2010. január 16-17.
További információ **itt**.

2. **Body-Balls Alapképzés** – 2010. január 23-24.
További információ **itt**

3. **MILÓ Boks** – 2010. február 6-7-8-9.
További információ **itt**

4. **STRIKE ZONE képzés** – 2010. február 27-28.
További információ **itt**

5. **Body-Balls Flow** – 2010. március 6-7.
További információ **itt**

6. **Senior torna oktató képzés** – 2010 március 6-7 (1. hétvége) és 20-21. (2. hétvége)
További információ **itt**

7. **Terhestorna oktató képzés** – 2010. április 10-11. és május 8-9. (2. hétvége)
További információ **itt**

Gyertek és tanuljatok sokat – Az élethosszig tartó tanulás fitten tart! :)

További info és jelentkezés: info@cseresnyesbea.hu, 06.30.497.8841.

További szép napot kívánunk!
Cseresnyés Beáta
és Csapata

Kérdéseitekkel, meglátásaitokkal munkánkat segítitek, elsősorban azt, hogy az embereknek a számukra megfelelő, őket érdeklő témaköröket taglaljuk.

Leiratkozás: a <http://cseresnyesbea.hu/index.php?hirlevel> oldalon.