



Simon Gardi
IRON BODY PERSONAL TRAINING

Simon Gardi

www.ironbodygym.ch

Willst du endlich...

- ...mehr Power für deinen Körper und Geist?
- ...deine Problemzonen loswerden?
- ...leistungsfähiger in Beruf und Freizeit sein?
- ...effektiv und absolut individuell trainieren?

Dann ist jetzt die Zeit für

«Iron Body Personal Training» by Simon Jordi

- ✗ gemeinsame und ganzheitliche Zieldefinition
- ✗ effizientes Kraft-/Fitnesstraining und gezieltes Bodyshaping
- ✗ individuelle Ernährungsberatung
- ✗ grosse Flexibilität bezüglich Trainingszeiten und Lokalitäten in Zürich-Binz, Uster oder nach Vereinbarung
- ✗ Erfolgsgarantie und Referenzen – langjährige Erfahrung als Personaltrainer und Ernährungscoach

Simon Jordi
IRON BODY PERSONAL TRAINING

Termin vereinbaren für Gratis-Probetraining

Mobile 079 595 00 07 oder info@ironbodygym.ch

«Ein hartes, effizientes Fitnesstraining dauert 45 bis 75 Minuten. Da ist es gut, einen Trainer wie Simon Jordi zu haben, der voll auf einen fokussiert ist, der einen mental austrickt und motiviert, Übungen länger auszuhalten, als man es alleine schaffen würde...» (NZZ am Sonntag)

«Simon besitzt ein unglaubliches Gefühl für den Körper mit seinen Problem- und Schmerzzonen. Sein Training minimiert den Berufs- und Alltagsstress. Du wirst belastbarer und chronische Schmerzen können durch einen gezielten Muskelaufbau zum Verschwinden gebracht werden. Deine Haltung wird viel aufrechter und du wirkst selbstbewusster. Und nicht zuletzt macht das Gewichteheben mit ihm Spass und verbessert deine Figur...» (Ärztin, 51)

«Der Versuch einer Frau fitter und mit ihrem Körper zufriedener zu werden, gelingt erst, wenn sie auf einen Personal Trainer wie Simon Jordi trifft, der sehr viel größer und beängstigender ist, als der eigene Schweinehund...» (NZZ am Sonntag)

«In erstaunlich kurzer Zeit bemerkte ich Fortschritte, die mich unglaublich motivieren. Seit ich mit Simon trainiere bin ich eine andere Frau geworden. Eine Frau mit mehr Selbstvertrauen und innerer Kraft. Und ich fühle mich weiblicher...» (Marktforscherin, 43 Jahre)

«Ich hatte wenig Erfolg und genug von halben Sachen und Schnickschnack in Fitnesszentren. Mit Simon trainiere ich hart aber erfolgreich. Denn sich besser fühlen und besser aussehen, aber nicht leiden zu wollen, ist ein Paradoxum...» (Anwalt, 35 Jahre)