

**Liebe Klienten, Kunden, Interessierte,  
Freunde und Kooperationspartner...**

**„Das, was wir aus Liebe tun,  
tun wir im höchsten Grade freiwillig.“**

*Thomas von Aquin*



**Am 14. Februar ist  
Valentinstag**



**Verschenken Sie  
Liebe, Wohlbefinden und Bewusstsein**

**Bestellen Sie bei uns [hier](#) den  
persönlichen BEWEGUNGSDIMENSION-Gutschein  
für Ihre(n) Liebste(n)!**

**oder**

**verschenken Sie mit Liebe  
MyEngerl,  
ein wunderschönes Geschenk, das die Herzen & die Seele berührt!**



**Bestellen Sie Ihr(e) Engerl  
bei**

**[info@myengerl.de](mailto:info@myengerl.de)  
und ab 11.02.2015 unter  
[www.myengerl.de](http://www.myengerl.de)**



**myEngerl –Eri Trostl & Anna Reindl GbR  
Emmeringer Str. 47 | D-82275 Emmering**

**E-Mail: [info@myengerl.de](mailto:info@myengerl.de)  
Internet: [www.myengerl.de](http://www.myengerl.de)**

**2 0 1 5**

**Neue "Leichtigkeit" - neue Figur - neues Wohlbefinden!  
IHR JAHR!**

**Die erste CHALLENGE im Januar ist erfolgreich geglückt. Alle Teilnehmer sind rund um happy mit ihrem neuen Gewicht, Körpergefühl und Gesundheit. Alle haben ihr Gewicht zwischen 3 und 10 Kilo in den 29 Tagen reduziert. Und das ohne zu hungern!!!**

**Hier noch zwei Kundenstimmen zur 29-Tage CHALLENGE:**

*„Ich war sehr skeptisch, aber auch neugierig, wie es mir 29 Tage lang ohne Zucker, ohne Kaffee, ohne Nudeln, Kartoffeln und Reis und ganz ohne mein geliebtes Feierabend-Bierchen und sonstigen Schmankerl gehen würde... Ganz ehrlich: Der Anfang war schwer, doch schon nach 3 Tagen fühlte ich mich von Tag zu Tag wohler, mein Körpergefühl verbesserte sich, meine Kniebeschwerden durch Arthrose ließen nach, und ich nahm in 29 Tagen ganz **ohne zu hungern** und mit regelmäßigem und unterstützendem Training beinahe **10kg** ab. Jetzt bin ich stolz, es durchgezogen zu haben, viel fitter und mache natürlich gleich weiter mit bewussterer Ernährung...  
Ich kann jedem die 29-Tage-Challenge nur rundum empfehlen.“*

Bernhard Fink, Geschäftsführer im Februar 2015

*„.....Das von Dir erstellte Ernährungskonzept 29-Tage CHALLENGE ist endlich mal eines, von dem ich das Gefühl habe, ich kann es auf Dauer in mein Leben integrieren, ohne ständig auf Diät zu sein bzw. das Gefühl zu haben, irgendetwas zu vermissen. Dank Dir habe ich bis jetzt **11kg** abgenommen. Du warst in den letzten drei Monaten mehr als nur eine „Sportlehrerin“ – ich habe mich, DANK deiner Hilfe, wieder zu einer fröhlichen und aufgeschlossenen Frau zurückverwandelt.  
DANK!“*

Michaela P., Februar 2015

*Liebe Eri,  
nun sind sie fast um - die 29 Tage, die am Anfang wie ein unüberwindbarer Berg vor mir standen! Und ich habe es überwunden, überstanden, ja sogar oft genossen - viele Dinge werde ich in meinen Alltag integrieren, einige Sachen kann ich vorerst nicht mehr sehen...:-)  
Mir geht es super gut, ich fühle mich fit und gesund und einige kleinere körperliche Beschwerden sind auch weg! Ich werde es auf jeden Fall wiederholen; fand den Austausch untereinander  
auch wichtig und hilfreich sowie Deine Anleitungen sehr übersichtlich.  
Ich bin schon um **7,5kg** erleichtert und das im wahrsten Sinne des Wortes!  
Danke für das Coaching!*

Dagmar Luplow, Februar 2015



**Und nun ist der erste Monat und die erste CHALLENGE schon wieder vorbei. Und Sie waren nicht mit am Start! Ihre „guten Vorsätze“ fürs neue Jahr sind auch noch nicht umgesetzt?!**

**das schlechte Gefühl, weil Sie immer noch nicht begonnen haben, drückt Ihnen aufs Gemüt!? Weil Sie Woche für Woche die Optimierung vor sich her schieben? Oder nicht wissen, wie Sie das Ganze angehen sollen?!**

**DANN IST ES JETZT ZEIT ZU STARTEN!**

**Es ist nie zu spät anzufangen! Packen Sie es an! Und geben dem Ganzen jetzt im Februar noch eine erfolgsversprechende Wende!  
MIT UNS ZUSAMMEN!**

**Starten Sie am 18. Februar,  
passend zur Fastenzeit,  
mit uns die 2. und Ihre 29-Tage CHALLENGE zu:**

- mehr "LEICHTIGKEIT"
- mehr VITALITÄT
- sinnvoller ENTGIFTUNG und ENTSCHLACKUNG
- Aktivierung des FETT-STOFFWECHSELS
- perfektes KÖRPERGEFÜHL und OPTIK

**und sehen Sie zu, wie Ihre Pfunde purzeln! Ohne Jo Jo Effekt, ohne hungern!**

**IHR GEWICHT!  
IHRE GESUNDHEIT!  
IHR LEBEN!**

**Ihr Ernährungspaket beinhaltet:**

- individuelle Anamnese
- 7-Tage-Ernährungstagebuch Auswertung
- persönliche Diagnose und Empfehlung nach KPNI®\*
- Darmentgiftung und Reinigung nach dem PALEO-Prinzip
- Zell- und Bindegewebsentschlackung
- Fett-Stoffwechsel-Aktivierung
- Bewegungsempfehlung
- und viele leckere vitale Rezept-Ideen

**Reservieren Sie hier Ihr 29-Tage CHALLENGE- Ernährungspaket für Ihren langfristigen Erfolg!**

**Fragen Sie bei uns nach Ihrer individuellen 29-Tage Challenge!**

*\*Klinisch-Psycho-Neuro-Immunologie*

**Und noch eine Produktinnovation  
MetaCheck® fitness EXPRESS**



### **MetaCheck fitness EXPRESS!**

**Express bedeutet, dass Sie eine konkrete Empfehlung erhalten, wie sie in den ersten 4 Wochen bis zu 5 kg gesund abnehmen können. Dies haben wir kompakt auf 8 Seiten dargestellt.**

**Damit erhalten Sie eine konkrete Handlungsempfehlung auf Basis ihrer individuellen genetischen Informationen, wie Sie sich ernähren und trainieren sollen, um schnell und gesund abzunehmen.**

**Sie erhalten damit künftig zwei Auswertungen in einem Umschlag:**

- 1. express: Die unkomplizierte Auswertung mit Angabe des MetaTypen mit Sportvariante inklusive einem 4 Wochen-Ernährungsplan.**
- 2. Umfangreiche Auswertung (wie bisher): Für die Stabilisierungsphase, ausführliche Beschreibungen inkl. der Lebensmittelliste und online – Portal, für einen dauerhaften Erfolg ohne Jo Jo Effekt.**



Mehr Information gibt es hier. Sehen Sie sich auch den Bericht im TV an:

## MetaCheck®

(die genetische DNA Stoffwechselanalyse)  
Ernährungsoptimierung und Gewichtsreduktion!

Am 05.01.2015 lief in der Sendung „taff“ auf PRO7  
ein Bericht über MetaCheck®.

Hier können Sie sich den Beitrag ansehen.



Lassen auch Sie Ihre genetische DNA Stoffwechselanalyse messen  
und nehmen Sie schnell, gesund und vor allem dauerhaft ab.  
Perfekt kombinierbar und Ergänzung mit Ihrem persönlichen  
Ernährungspacket!



**Bestellen Sie Ihre genetische Stoffwechselanalyse inkl. Beratung  
bei uns**

**Ihr Wohlbefinden steigt rapide!**

**Herzliche Grüße und mit Leichtigkeit in den Frühling hinein**  
**Ihre**  
**Eri Trostl**  
**& das BEWEGUNGSDIMENSION Team**

**BESUCHEN SIE UNSERE NEUE WEBSITE**  
[www.bewegungsdimension.de](http://www.bewegungsdimension.de)

Bitte kontaktieren Sie uns hier [office@bewegungsdimension.de](mailto:office@bewegungsdimension.de)  
wenn Sie unseren Newsletter zukünftig nicht mehr erhalten möchten.

"Neue Wege entstehen dadurch, dass man sie geht!" - Franz Kafka -



**BEWEGUNGSDIMENSION**

PERSONAL COACHING · TRAINING · SEMINARE | ERI TROSTL

**Verändere Deine Perspektive und es verändert sich Dein Leben!**

**BEWEGUNGSDIMENSION** Eri Trostl  
Lerchenauer Str. 177 | D-80935 München

Telefon: +49 (89) 4546 9970  
Telefax: +49 (89) 4546 9972  
Mobil: +49 (170) 21 70 710

E-Mail: [info@bewegungsdimension.de](mailto:info@bewegungsdimension.de)  
Internet: [www.bewegungsdimension.de](http://www.bewegungsdimension.de)

Skype: eritsport

Ust-ID: DE 198598062 | Firmensitz ist München | Gerichtsstand München

Mitglied im



[www.premium-personal-trainer.com](http://www.premium-personal-trainer.com) | [www.bundesverband-pt.de](http://www.bundesverband-pt.de) | [www.dgmt.de](http://www.dgmt.de)