

# Mrs. Sporty

Ihr persönlicher Sportclub

## Mila Markov



### **„Mrs. Sporty ist mein Erfolgskonzept um die Ecke“**

" ich fühlte mich nach meiner Erkrankung nicht fit und wollte unbedingt etwas tun, was ich auch durchhalte. Wichtig ist für mich: Sport muss nah sein, deshalb wollte ich mir verschiedene Studios ansehen und war zuerst hier und bin direkt geblieben. Seit ich bei Mrs. Sporty trainiere, habe ich mehr Ausdauer, bin beweglicher geworden und habe keine Rückenschmerzen mehr. Jetzt kann ich mir beim Essen auch mal was gönnen, ohne ein schlechtes Gewissen zu haben. Besonders gefällt mir die persönliche Atmosphäre und die persönliche Ansprache durch die Trainerinnen."

Tja und so ganz „nebenbei“ hat Mila auch noch 3,5 kg und 17,2 cm Umfang hier gelassen.