

Seit März 2007 trainiere ich zweimal wöchentlich mit Frau Smolka. Ich bin eine Mutter von drei Kindern und hatte vorher weder Zeit noch Lust, mich sportlich zu betätigen und etwas für meinen Körper zu tun.

Zusammen mit Frau Smolka habe ich es geschafft! Joggen, Krafttraining, bewusste Ernährung, etc., gehören seitdem zu meinem Alltag und ich bin darüber sehr glücklich.

Frau Smolka ist von Anfang an so selbstverständlich mit mir und „meiner Unsportlichkeit“ umgegangen. Das war für mich die Entscheidung, mit ihr zu arbeiten.

Sie ist nicht nur sehr kompetent und zuverlässig, sondern Sie kann Spaß und Disziplin wunderbar miteinander verbinden.

Ich kann Frau Smolka auf jeden Fall weiterempfehlen!