

NIMM DIR ZEIT FÜR VERÄNDERUNGEN

Jetzt unverbindlichen,  
kostenlosen Beratungstermin  
vereinbaren!

**Training & Coaching  
Britta Friedrich**

- Diplom-Sportwissenschaftlerin
- Ernährungscoach, Personal Trainerin

Tel 0173 / 20 26 010

[www.brittafriedrich.de](http://www.brittafriedrich.de)  
[info@brittafriedrich.de](mailto:info@brittafriedrich.de)

Marina Bortfeld 70 | 38176 Wendeburg

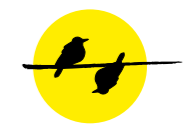


*ankommen*



SPORT- UND ERNÄHRUNGS-COACHING | FITNESS- UND OUTDOORTRAINING

*ausgehen*



**BRITTA FRIEDRICH**  
TRAINING UND COACHING

*perspektiven wechseln*

## Ausbildung | Tätigkeiten

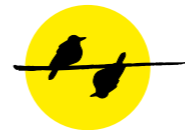
- Diplom-Sportwissenschaftlerin (Deutsche Sporthochschule Köln)
- Fitness-Instructor and –Director (American College of Sports Medicine)
- Food- und Mental-Coach (DTA)
- Therapeutin für klinische Psycho-Neuro-Immunologie (DGMF)
- Langjährige internationale Erfahrung als selbständige Personal Trainerin (Kalifornien, USA und Deutschland)
- Dozentin an der Deutschen Trainer Akademie Köln (DTA)
- Vorträge und Seminare zu Themen wie Burn-Out Prävention, Stressmanagement, Ernährung, Prävention, Sport und Training

© photocase.de

„LOSGEHEN“ - POSITIVE VERÄNDERUNGEN SCHAFFEN SIE EINZELN ODER IN DER GRUPPE

Für Privatpersonen und Unternehmen:

- Personal Training
- Ernährungs-Coaching
- Outdoor Training im Team
- Outdoor Training im Team für Übergewichtige
- Team-Events / Team Building
- Paleo Lifestyle Coaching
- Stressmanagement-Training
- Ernährung und Bewegung bei chronischen Erkrankungen



## BRITTA FRIEDRICH

### Training & Coaching

Wünschen Sie sich einfach mehr Fitness?  
Denken Sie über eine Ernährungsumstellung nach?  
Haben Sie Gewichtsprobleme?

Fühlen Sie sich gestresst und möchten Sie mit Stress besser umgehen?  
Sind Sie oft verspannt oder kraftlos und wünschen sich wieder mehr Energie?

Jetzt gesundheitliche Ziele durch Veränderung des Lebensstils erreichen! Schon kleine Änderungen machen den entscheidenden Unterschied – fangen Sie gleich heute mit einem Anruf an! TEL 0173 | 20 26 010

Aktuelles und weitere Infos: [www.brittafriedrich.de](http://www.brittafriedrich.de)

PERSPEKTIVEN WECHSELN

*balance finden*



BERATUNG | COACHING | PERSONAL TRAINING | WORKSHOPS | VORTRÄGE