Hallo {niceuserinfo},

es gibt eine unzählige Fülle von **Fitness-DVD**s mit unterschiedlicher Qualität und Schwierigkeitsgrad. **Aber welche ist für wen geeignet?** W**elche ist wirklich gut?**

Ich habe nach allen von mir beschriebenen DVDs trainiert. Mein Ziel ist, jede DVD entsprechend des erforderlichen Leistungsstandes zu bewerten, also des Anfängers, des Geübten oder des Fortgeschrittenen.

Ich hoffe, dass ihr euch mit Kommentaren beteiligt.

Übrigens freue ich mich immer über ein Feedback oder Anregungen. Meine E-Mail Adresse findet ihr rechts oben im Reiter unter Kontakt.

Eure Eva

Fitness-Trainerin □□□□□□
(BSA-Akademie)

Jetzt wünsche ich euch viel Spaß beim Stöbern.