

## fit4future Teens: Training with the Stars

Liebe Schülerin,  
lieber Schüler,

hast Du heute schon mit einem echten Star trainiert?  
Nicht? Na, dann aber los!  
Mach Deine Bewegungspausen heute mal mit unseren fit4future-Botschaftern – bekannten Sportlern – und unseren Head-Coaches. Ob Squat-Challenge, Balance- oder Dehnübung: Hier findest Du garantiert ein cooles Trainingsvideo, das Dir Spaß macht.

[>> Klick hier für die Video-Playlist](#)



Außerdem stellen wir uns diese Woche im fit4future Teens-Blog essentielle Fragen: „Bringt ein Power-Nap wirklich was?“ und „Stinkt Eigenlob wirklich?“. Und, bist Du auch schon gespannt?

[>> Hier im Blog findest Du in den kommenden Tagen die Antworten](#)



Up-to-date bleibst Du übrigens auch über fit4future Teens auf Instagram. Hier versorgen wir Dich mit den neuesten Blog-Beiträgen, Videos, Challenges und manchmal auch mit ein paar schlaun Zitaten ;).

[>> Be our friend on Insta](#)

Liebe Grüße  
Dein fit4future-Team

Besuche uns auf Social Media und bleib auf dem Laufenden!

