SF SCHWEIZER FERNSEHEN

Fernsehstrasse 1-4 8052 Zürich Tel +41 44 305 66 11

Media Relations
Tel direkt +41 44 305 50 87
e-mail mediarelations@sf.tv
Internet www.medienportal.sf.tv

Die Coaches in der zweiten Staffel von «leichter leben»

Bewegung Thomas Mullis

Der ausgebildete Sportlehrer betreibt zusammen mit Viktor Röthlin eine Firma zur Bewegungs- und Gesundheitsförderung. Die Protagonisten von «leichter leben» unterstützt der 32-jährige Luzerner dabei, ihr Fitnessprogramm umzusetzen und dabei die Freude an der Bewegung nicht zu verlieren.

Bewegung / Viktor Röthlin

Mit dem EM-Silber- und WM-Bronzemedaillengewinner im Marathon steht den Protagonisten von «leichter leben» ein äusserst versierter Fachexperte zur Seite.

Ernährung / Nicole Delle Donne

Die 34-Jährige aus Nänikon ZH hat selber mit eisernem Willen 22 Kilogramm abgenommen. Seit sieben Jahren arbeitet Nicole nun als Ernährungscoach und gibt den Kundinnen und Kunden ihre eigenen Erfahrungen weiter. Den Protagonisten von «leichter leben» zeigt sie, welche Fehler sie bei der Ernährung machen und wie sie künftig bewusster Essen können.

Motivation / Claude Keller

Der 43-Jährige arbeitet seit mehreren Jahren als Coach für emotionale Lösungen, Bewusstsein und Erfolg. Die Protagonisten der Doku-Soap «leichter leben» unterstützt der studierte Physiker als Motivationscoach, zeigt ihnen, wie man seine Ziele auf dem steinigen Weg zum leichteren Leben auch an schwierigen Tagen nicht aus den Augen verliert.