

# INtem Intervall-System-Training

21. Januar 2013 bis 22. April 2013



Ich war dabei!

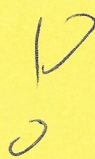
**VIELEN DANK! IHR SEID EIN KLASSE  
TEAM!**

**EUER TRAINER**

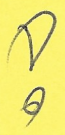
**BERND MENZEL**



# Bernd

netter Typ, wieke so! 

coole Socke!

ohne dich hätte es keinen Sinn gemacht 

Mach Spaß mit dir!

Mach so weiter!

Macht Spaß mit dir auch bei  
den ernstesten Themen, die du fast  
berühmte kannst