



Kurt Spalinger-Röes

*QFM Gesundheit,
Körper und Geist*

Jetzt auf YouTube und Instagram: «Quality Food / Fit Management»

Hast du meine Dänkmümpfeli vermisst? Ja, dann habe ich für dich eine gute Nachricht. Nein, dann kannst du dich jederzeit von meinem Verteiler abmelden, indem du mir einfach eine Meldung zukommen lässt.

Meine Dänkmümpfeli sind und werden zukünftig bewegend, farbig, mit Ton und auf den sozialen Medien als Videoclips und auf meiner Homepage: www.qfm.ch zur Verfügung stehen.

Es werden und sind bereits über 20 Clips zu den Themen: Ernährung, Fitness und Geist erschienen.

Ich wünsche dir viel Spass und würde mich auf ein Daumen hoch und ein Abo auf meinen Kanälen freuen.

QFM Food:



QFM Fit:



QFM Videocast:



Du erhältst dieses «Dänkmümpfeli», weil ich davon ausgehe, dass Du an meinen Arbeiten interessiert bist und weil Du als eine mir bekannte Persönlichkeit in meiner privaten Datenbank registriert bist. Solltest Du kein Interesse mehr haben, so bitte ich Dich, dieses Mail mit dem Vermerk «bitte abmelden» zurückzusenden.

Kurt Spalinger-Röes, Aeschstrasse 13, CH-5610 Wohlen, www.bulmo.ch, Unterstützung mit TWINT 079 661 74 70 «DM»

