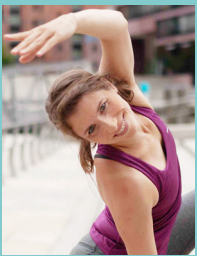


DAS TRAINERTEAM

Körperliche Fitness erhöht die Leistungsfähigkeit und sorgt für seelisches Gleichgewicht. Wir unterstützen Sie dabei.

1. Etage im Neubau

KURSE



Juliane Galke

Yogalehrerin
Pilatestrainerin
Faszientrainerin und- Ausbilderin
(Groupfitness C-Lizenz)
Heilpraktikerin

Mein Schwerpunkt:
Yoga
Faszientraining, Bauch Express



Sebastian Pape

B-Lizenz des BLV
Krav Maga Defcon / Defcon 1-4
Lauftraining
Selbstverteidigung
Calisthenics
Ernährungsberatung, Mental Coach

Mein Schwerpunkt:
Personal Trainer



Henry Mügge

A-Lizenz des DTB
Triathlontrainer
Rehabilitationstrainer
Walking Instructor
Functional Training

Mein Schwerpunkt:
Athletik und Stabilität



Heike Mörschel

Yogalehrerin

Mein Schwerpunkt:
Yoga



Sabine Jöhnk

DTB Lizenzen Übungsleiterin im Freizeitsport
Aerobic Masterclass,
Nordic Walking, Pilates, Lizenz Zumba,
ehem. DTB Referentin Aerobic,
Salsa Aerobic und Step Aerobic

Mein Schwerpunkt:
Zumba
Pilates



Mimmi Mayr

Trainer B-Lizenz

Mein Schwerpunkt (Kurse & Fläche):
Entspannung
Rücken
Bodywork



York Golinski

Yogalehrer
Trainer A-Lizenz Ski alpin/Skitour

Mein Schwerpunkt:
Yoga

Mein Kurs richtet sich an Einsteiger, wie auch leistungssportlich orientierte Athleten



Nok Hattavej

Yogalehrerin

Mein Schwerpunkt:
Yoga