

 Unsere <i>Trainer und Lehrer</i>	 Unser <i>Kursangebot</i>
Andrea Schöneberger Diplom Yogalehrerin	Hatha YOGA Flow
	Rücken-YOGA
Anette Riehling Aerobic-, Thai-Bo- u. Step-Trainerin, Power-Dumbell, Diplom-Rückenschullehrerin	Power FATBURNER TABATA-Workout
Christiane Estelmann DOSB-Trainer-B-Lizenz "Sport in der Prävention" Haltung & Bewegung / Herz-Kreislauf / Entspannung & Stressbewältigung DOSB-Trainer-B-Lizenz "Sport in der Rehabilitation" /, "Faszien"-Trainer-A-Lizenz (IST) / DTB-Rückentrainerin AROHA-Instructorin / KAHA Instruktorin	AROHA
	KAHA
	BAUCH - BEINE - PO
	WIRBEL-GYM & RÜCKENSCHULE
Franziska Schöffel Official Zumba® Instructor	ZUMBA®-Fitness
	ZUMBA® Generation PLUS
Jennifer Götz Sport- u. Gymnastiklehrerin Massage-Therapeutin Staatlich anerkannte Ergotherapeutin i. A. DOSB-Trainerin-C Breitensport	Gleichgewicht & Stabilität Sturz-Prävention
	AQUA-DANCE-Fitness
	Aqua-FITNESS / AQUA-Aerobic
Ute Pitzen FaYo®-Trainerin / B. Sc. Komplementärtherapie DOSB-Trainerin-C Breitensport / selbständig in eigener Praxis für Ganzheitliche Methoden und TouchLife Massage TouchLife Massage, TouchLife-mobil, Massage am Arbeitsplatz, Thai-Bo, Kickpower, Yoga und Qi Gong	FASZIEN Yoga
	RÜCKEN-Aktiv
	funktionelles FASZIEN-WORKOUT
Dr. Sabine Eckert-Rectanus Tai Ji Lehrerin / Yogasolan-Therapeutin / Meditation	TAI JI QUAN "24 Formen"
Sandra Thiery Diplom Yogalehrerin S.Y. (Satya Yoga)	Hatha YOGA Flow
	Rücken-YOGA
Thomas Föllinger Judo-Lehrer und Judo-Trainer jeweils mit A-Lizenz, Sport- u. Gymnastiklehrer, Sport-Therapeut, Lehrer für Prävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung	JUDO-Einsteiger JUDO-Training
	SELBST-Behauptung Selbst-VERTEIDIGUNG Gewalt-PRÄVENTION
Ulrike Schilbach Qi Gong Lehrerin / Tai Ji Lehrerin	QI Gong „ 18 Bewegungen“
Viola Bayer Sport- u. Gymnastiklehrerin / Sport-Therapeutin Schwerpunkt Anatomie Personal-Trainerin / Video-Clip Dance-Instructor / Aerobic Base Class Pilates Trainer-Diplom und Indoor Cycling Instruktor-Inline / Toning Instruktor Diplom Yoga-Lehrerin für Intensive Yoga +Vinyasa Power Yoga Ausbildungsleiterin und Referentin im Vinyasa Power Yoga Team für die Power Yoga Akademie Deutschland und die IFAA	POWER-YOGA & FITNESS-YOGA