

PILATES & YOGA Event unter italienischer Sonne

im Robinson Club Apulia, Süditalien – im Clubpreis inbegriffen – keine Extrakosten



Wo könnte man schöner und gesünder trainieren als in dieser Umgebung? Mit den richtigen Body / Mind Übungen an frischer Luft, im Schatten des wunderschönen Pinienwaldes direkt am Meer können Sie den Alltagsstress vergessen, Energie tanken, die Aromen der Natur aufsaugen und sich wieder leicht und lebensfroh fühlen...

Aktuelle Trends wie:

***Barre Workout, Faszien Pilates, Yogilates,
Pilates & BlackRoll, Pilates mit Ball und Theraband, Pilates & Relax
Pilates für den Rücken, Six Pack Abs, Yoga für den Rücken***



Ihre Trainerin:

1992 begann die studierte Apothekerin **Dunja Krieger (Meyer)** ihre Arbeit in der Fitnessbranche als Aerobictrainer (B- und A-Lizenz DFAV, ACE certified), 2 Jahre später als Ausbilderin, Coach (NLP practitioner) und Presenter. (DFAV, IST, FIBO, BODYLIFE, PURE EMOTION ...)

PEAK Pilates Teacher Trainer (Ausbilderin) - Comprehensive Pilates Zertifikat (Matte und Geräte), Yogateacher (YA certified), Trainerin für: Aerobic - Step – Pilates – Rücken – Spinning – Kick Fit – BodyPump® – Workout - Dance, - Referentin und Autorin mit Themen wie gesunde Ernährung, Aromatherapie, Nahrungsergänzungsmittel - Zertifizierte langjährige Personaltrainerin (Fitness, Pilates, Yoga Einzeltraining)

Eigenes Pilatesstudio in Köln: www.absolute-pilates.de

Eventtermin 2017:

2. September - 16. September

Reisepreis und Buchung unter:

personaltraining.apulia@robinson.de

Im Reisepreis enthalten: All inclusive Club, Event Spezialprogramm und normales Kursprogramm: Hot Iron, Spinning, Aerobic, Yoga...), Fitness Studio, Strandliegen, Handtücher, Sauna, Animationsprogramm, Beach Volleyball, Kinderbetreuung (Roby Club), Wellfit Kochkurs

***Zusätzlich buchbar (kostenpflichtig):** Massagen, Wellnessbehandlungen, Ausflüge mit Auto, Mountainbike, Segeln, Surfen, Tauchen, Personaltraining, Internet

