

Workshops und Seminare

„Wissen bedeutet Erfahrung und Erfahrungsaustausch“

Workshops bzw. Seminare in kleinen Gruppen, Informations- und Wissensaustausch bringen auch im Training entscheidende Vorteile.

Sie haben die Möglichkeit Workshops bzw. Seminare über folgende Themengebiete zu buchen:

- Krafttraining
- Gesunde und vollwertige Ernährung
- Ausdauertraining

Inhalt:

- Kurzreferat über ein gewünschtes Thema
- Fragerunde
- Evtl. praktischer Teil

Kosten:

- Nach Vereinbarung