

Öfters neue Wege

Geschrieben von: Meike
Mittwoch, den 17. Juni 2015 um 17:54 Uhr

Nach langer Zeit melde ich mich wieder mit einigen Neuigkeiten!

Das letzte halbe Jahr habe ich mich voll in die Arbeit gestürzt und bin viel rum gekommen.

Im Bereich des Faszientrainings habe ich für mich eine ganzheitliche Betrachtungsweise von Training und Gesundheitssport gefunden. Nicht nur das, durch viel Mobilitäts- und Faszientraining habe ich eine neue Bewegungsqualität in mein Training eingebunden und dadurch wieder zu einer schmerzfreien Bewegung gefunden!

Dies gebe ich in Seminare und Ausbildung für [Blackroll-orange](#) weiter!

Für Informationen : [Blackroll-orange & Bewegungswerk.info](#)

Des weiteren habe ich die sportliche Leitung in dem firmeneigenen Fitnessstudio der MTU in Friedrichshafen übernommen. Mein neuerer Arbeitgeber [Integion](#) ist Marktführer im BGM Bereich und ich freue mich mit Ihm wachsen zu können!

Meinen Sport habe ich jetzt erstmal an zweite, dritte oder auch vierte Stelle gestellt, wobei ich natürlich trotzdem nicht davon los komme meine Kilometer zu Fuß, im Schwimmbad oder im See oder in der schönen Landschaft vom Bodensee zu machen! :-)

Vielleicht werde ich auch den einen oder anderen Wettkampf starten, dies aber ohne Ambitionen, aber dafür mit sehr viel mehr Freude an der Bewegung die uns unser schöner Sport bietet!

Ich bleibe weiterhin meinen Sponsoren Erdinger Alkoholfrei, Skinfit, Sailfish, Lightweight treu indem ich berate und die Marken in meinem sportlichen Leben vertrete!

Öfters neue Wege

Geschrieben von: Meike

Mittwoch, den 17. Juni 2015 um 17:54 Uhr

Für Fragen rund ums Training stehe ich Euch immer zu Verfügung und helfe gerne weiter!

Bis dahin Eure Meike