

Denise Lothringers - Ihre Personal Trainerin

Meine berufliche Vita:

- Rehasport und Aqua-Fitness (BSG Kempen)
- Personal Training AGIL360 TRAINING
- Athletiktraining Eishockey (Grefrath Phoenix)
- Leichtathletiktraining Jugend (LAV Süchteln)
- Leitung Kids- & Juniorenttraining Schwerpunkt Meisterschaften (Tanzschule Mine-Sports)

Ausbildung:

- DOSB Lizenz Rehabilitation – Schwerpunkt Orthopädie
- Wirbelsäulengymnastik – Schwerpunkt Stütz- und Bewegungsapparat
- Lizenzierte Ausbilderin IHK - Bereich Sport- und Fitnesskaufleute
- Rettungsschwimmerabzeichen DRSA Silber
- Fitnesstraining B-Lizenz
- Lizenzierte Faszien-Trainerin
- IndoorCycling Instruktor – Schwerpunkt Cycle Well
- Cross Fitness Instruktor
- Aqua Fitness Instruktor
- Deutsches Tanzabzeichen
- Erste Hilfe Kurs (jährliche Auffrischung)

Sportlicher Hintergrund:

- Leistungssport Tanzen