

Leistungsbeschreibung

Personal Trainer Berlin

Patrick Schreiber Personal Training & Gesundheitsmanagement

Personal Trainer Patrick Schreiber

Personal Training ist ein eigenwilliges Konzept, seinem Körper und damit seinem gesamten Wohlbefinden Gutes zu tun.

Auf der Grundlage meiner medizinischen Ausbildungen betrachte ich den gesamten Körper und die psychische Verfassung als eine Einheit. Grundpfeiler unseres Trainingsprogramms ist deshalb ein tiefgründiger Check Ihres Gesundheits- und Fitnesszustandes. Aufbauend auf diesen Erkenntnissen entwickeln wir gemeinsam Ihr Programm zur Erreichung Ihrer Ziele und insgesamt die Verbesserung Ihres Leistungsvermögens und Gesundheitszustandes.

Neben dem klassischen Outdoortraining (z.B. Nordic Walking, Laufen, Biken), Muskelkräftigungs- und Krafttraing sowie einer qualifizierten Ernährungsberatung unterstütze ich Sie auch bei Gesundheitsbeeinträchtigungen wie bspw. Herz-/Kreislaufschwäche, Rückenproblemen, Bluthochdruck oder Diabetes.

Auch biete ich zur Verbesserung und Erhaltung Ihres körperlichen, geistigen und seelischen Wohlbefinden Entspannungsverfahren wie die Progressive Muskelrelaxation oder Autogenes Training an. Oder nutzen Sie die Möglichkeit, sich stressfrei massieren zu lassen.

Zu meiner Trainingsphilosophie gehört es, dass der Weg zur Erreichung Ihrer Zielstellung nicht mit Stress, sondern mit soviel wie möglich Spaß an der Sache erreicht wird.

Zur optimalen Gestaltung des Trainingsprogramms kann ich Ihnen ein eigenes Gesundheitsstudio mit Behandlungs- und Fitnessraum anbieten.

Habe ich Ihr Interesse geweckt?
Ich freue mich darauf, Sie persönlich kennen zu lernen.

Mehr Informationen finden Sie unter
Homepage: www.pt-ps.de
Tel.: 0179-731 618 8

Angebot

Trainingsregionen • Berlin, Brandenburg, nach Anfrage

Qualifikationen

- Ausbildungen
- Osteopath i.A
- Physiotherapeut
-



Schreiber Patrick

- Sportphysiotherapeut
- Ernährungsberater
- Heilpraktiker
- Qualifikationen
- zertifizierter Fitnesstrainer
- Personal-Trainer
- Lehrer BSA
- Zertifikat der Reiki-Heilung
- A-Lizenz Trainer
- Judotrainer
- B-Lizenz Trainer
- Gesundheitstrainer
- Wellnesstrainer
- Sportrehabilitationstrainer
- TechnoGym Personal Trainer
- Cardio-Trainer

Trainingsangebot	<ul style="list-style-type: none"> • Personal Training, Gesundheitsmanagement, Massage, Ernährungsberatung
Schwerpunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Ernährung, Personal Training, Massage, Sportphysiotherapie
Partner	<ul style="list-style-type: none"> • Porsche Design, WHITEOUT & GLARE • Top Training Tours, Power-Plate, TechnoGym
Mitgliedschaften	<ul style="list-style-type: none"> • Elixia, Mac-Fit
Referenzen	<ul style="list-style-type: none"> • Zur Zeit: • Lifesensor Personal Trainer • Technogym Personal Trainer • Personal-Trainer-Network Personal Trainer • Personalfitness.de Personal Trainer • SAT.1 - Magazin "Blitz" Personal Trainer • Pro7 - Magazin "Taff" Personal Trainer • ELIXIA Fitness-Studios Trainer/Sportphysiotherapeut • Chirurgische Privatklinik Sportphysiotherapeut + Leitung der Physiotherapie • RTL "GesundheitsTREND" • SAT.1 - Frühstückfernsehen jeden Dienstag • "Fit in den Frühling" • SAT.1 - Magazin "AKTE 07" Personal Trainer • "Der Tagesspiegel" Artikel v. 28.02.07 PDF » • Personal Trainer seit 2000: • BFC Fussball Sportphysiotherapeut • Berufsschule Gastdozent für Sport • Supervisor Dolar/van Almsick/Jopp