



Stand Up Paddle - ganzheitliches Personal Training **an Deinem Wunschort, zu Deiner gewünschten Zeit,** **Deine individuellen Ziele erreichen**



Stand Up Paddle

bedeutet sich stehend auf einem SUP Board mit einem Paddel fortzubewegen. Das SUP Board ist speziell für diesen Sport entwickelt. Stand Up Paddeln ist eine Kombination aus Wellenreiten, Kanusport und Fitness-Workout. Der Sport ist sehr leicht zu erlernen, kräftigt die gesamte Körpermuskulatur und trainiert das Gleichgewicht. Durch das Wasser und die direkte Nähe zur Natur wirkt sich das Training sehr beruhigend, entspannend aus. Ein perfektes, sehr gesundes, Rücken stabilisierendes Training! Ich erstelle Ihnen ein Ganzkörper Workout-Spassfaktor garantiert!!!

SUP Personal Training: nach einer kurzen Fitness – Gesundheitsanamnese erstelle ich gemeinsam mit Ihnen Ihren gewünschten Trainingsplan; inclusive SUP Technik – das besondere Geschenk an Sie und Ihre Gesundheit - zeitlich, örtlich unabhängig

Preise: 1h – 85,-€ / 1,5h – 99,-€ / 3h Exkursion – 179,-€, inclusive Miete Sup Board; Transfer

Robert Klaus Huber

- dipl. Personal Trainer, staatl. Geprüfter Ergotherapeut
- zert. Rückenschullehrer, Aqua-Fitness Instructor; Entspannungstrainer(AT,PMR)
- zert. Ernährungsberater, zert. Iron System Trainer
- Internationaler bodyART & deepWORK Instructor
- lizenzierter Louise L. Hay Seminarleiter – „Gesundheit für Körper und Seele“
- zertifizierter ASI – Stand Up Paddle Instructor

„ich möchte dass es Ihnen gut geht“

Anmeldung und Beratung unter Tel.: 0034 6444 33 585 Robert