



PREMIUM PERSONAL TRAINER CLUB
DAS BESTE. FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE.®

PREMIUM PERSONAL TRAINER JANA VALENTIN IN DÜSSELDORF



Personal Training.

Überzeugen Sie sich selbst von Ihren Leistungen, die wir gemeinsam wiederentdecken, aufleben lassen und ein Leben lang voller Energie bewahren und stärken werden!

Qualifikationen:

Dipl.-Sportlehrer / -Sportwissenschaftler
zertifizierter Rehabilitationstrainer (Orthopädie)
Rückenschullehrerlizenz Forum Gesunder Rücken
- besser leben e.V.
EMS Training miha bodytec
Nordic Walking Instructor Deutsche
Sporthochschule Köln
Indoor Cycling Lizenz PULSE
Aerobic & Step Instructor IFAA

Sportarten

Aquafitness/Aquajogging
Fitness- / Krafttraining
Gymnastik
Yoga
Jogging / Walking
Nordicwalking

Schwerpunkte

EMS-Training, Entspannung , Gewichtsreduktion,
Herz-Kreislauftraining, Konditionstraining,
Koordinationstraining, Krafttraining,
Rehabilitationstraining , Rückentraining,
Seniorentaining, Stretching,

Jana Valentin
Mobil: 01525 4580287
E-Mail: info@janavalentin.de

KONTAKT

PREMIUM PERSONAL TRAINER CLUB
Auf dem Kamm 18
51427 Bergisch Gladbach / Refrath
Tel.: +49 (0) 2204 206735
Fax: +49 (0) 2204 206740
info@premium-personal-trainer.com
www.premium-personal-trainer.com

