

Black Roll-Seminar - die Selbstmassagerolle kennenlernen

Die innovative Selbstmassage zum Lösen von Muskelverspannungen führt zu einer beschleunigten Regeneration und höheren Leistungsfähigkeit.



Jeden Mittwoch, von 14.30 – 15.30 Uhr in der TH Oberschule Ebersbach

Anmeldung bitte über Sekretariat Schule – 035208-2230

Reiner Mehlhorn

geboren am 19.03.1956 in Altenburg

Beruf: Personal Trainer, Dipl.-Ing.

Hobbys: Sport, Fotografie, Literatur

Qualifikationen

- Org.-Chef Schloss-Triathlon-Moritzburg
- Triathlon Trainer B-Lizenz Leistungssport (DOSB)
- Fitness Trainer B-Lizenz (AKUD)
- Rettungsschwimmer (DRK Wasserwacht)
- Nordic Walking & Walking Coach (NWCA)
- Übungsleiter Breitensport (Landessportbund Sachsen)

