

## Group Fitness Formate

Aqua Gymnastik	Pilates
Aerobic	Pilates meets TRX
Bauch, Beine & Po	Nordic Walking
Bodytoning	Running
Bootcamper	Rückengymnastik
Circuit Training	Schwinn Cycling
Fat Burner	Stretching
Functional Training	TRX Suspension
Intervall Training	Woga (Aqua Yoga)
Kinesis	Yoga (Hatha, Vinyasa & aerial )



## Evelin Andres

Personal Trainer SPTV  
Diplomierte Bewegungspädagogin  
Diplomierte Pilates Instruktoren und Dozentin IFAA  
Diplomierte aerial Yoga Instruktoren  
Diplomierte Power Yoga Instruktoren  
Diplomierte Schwinn Cycling Instruktoren  
Diplomierter Functional Trainer  
Diplomierter Bootcamper

## Therapie

Adipositas Training	Atemtherapie
Autogenes Training	Geriatric Gymnastik
Ernährungsberatung	Haltungsschulung
Rückbildungsgymnastik	Schwangerschaftsgymnastik

*Alle aufgelisteten Formate können auch als Personal Training gebucht werden.*

*Qualitop anerkannt*