

Soraya Finkenzeller - Rayher

Pilates Trainer

Pilates & Golf

Mit unserer Kompetenz zu einer erfolgreichen Golf -Saison 2012

Golf ist eine der koordinativ anspruchsvollsten Sportarten. Dies erfordert professionelle Vorbereitung bei Technik und Körpertraining. Aus diesem Grunde habe wir ein spezielles Programm für Pilates und Golf entwickelt.

Wir sind:

Nigel Richardson

PGA Professional (Mitglied PGA Deutschland und England)
Regelmässige und erfolgreiche Teilnahme bei PGA Turnieren
Seit 1998 aktiv als Trainer in Deutschland



Soraya Finkenzeller-Rayher

Inhaberin Pilates Studio Kleinostheim (bei Aschaffenburg)
International zertifizierte Pilates Trainerin (Matte/Allegrò)
Mitglied im Deutschen Pilatesverband
Ausbildung zum Personal Trainer beim renommierten Institut Dr. Gottlob
Lizenzierte Golf Physiotrainer, zertifiziert durch European AssociationGolf
PhysioTherapy&Golf MedicalTherapy e.V

Ihre Ziele sind unsere Motivation.

In Abhängigkeit ihrer persönlichen Zielsetzungen
arbeiten wir mit Fokus auf:

- Verbesserung ihrer Schwungtechnik
- Erhöhung ihrer golfspezifischen Fitness mit individuell auf Sie abgestimmtem Pilates-Training
- Massnahmen zur Gesundheitsprävention
- Verbesserung ihres Handicaps

Wie erreichen wir ihre persönlichen Ziele:

- Umfangreiches gemeinsames Kennenlerngespräch
- Umfangreiches FitnessScreening mittels Befunderhebungsbogen
- Videotechnik: Aufnahme, Analyse, Feedback und Schwungoptimierungsmassnahmen
- Auf ihre Person und Bedürfnisse entwickeltes Individual-Fitnessprogramm (Inhalte: Pilates Übungen, 3d-Golf Power Übungen und Gerätetraining)

Wir möchten Ihnen diese praxisnahe, praktikable und präventiv orientierte Vorgehensweise als ideale Vorbereitung für die kommende Golfsaison 2012 vorschlagen. Testen Sie uns und lernen Sie uns kennen.

Wir freuen uns auf Sie!

Kontakt:

Soraya Finkenzeller-Rayher
Tel. 06027-404 685
Mobil: 0174-894 1771
Mail: pilates-soraya@t-online.de

Nigel Richardson
Tel. 06021-73088
Mobil: 0179-320 2411
Mail: n.richardson@freenet.de



Seit Februar 2011 in eigenen Räumen,
in der Schillerstraße 50 in 63801 Kleinostheim.

Weitere Informationen unter: www.pilates-soraya.de