

Holger Leidig

Selbständiger Personal Trainer & Kursinstructor / Holmes Place

Club Neue Welt (Am Herrmannplatz)

Hasenheide 109 · 10967 Berlin

Profil

Hauptamtlicher Trainer seit 2010

Mehrfacher Berliner Meister und Vizemeister im Triathlon und Duathlon

11facher Gewinner des Berliner Läufer Cup

Bestzeit auf der Triathlon Langdistanz: 8 Stunden 48 Minuten

Mannschaftsleitung des LEIDIG24 Triathlon Teams

Fachgebiete

Schwimmen, Laufen, Radfahren

Triathlon, Kurz-, Mittel- und Langdistanz

Gewichtszunahme und -abnahme

Sportartspezifisches Krafttraining

Sportpsychologie, Mentaltraining

Qualifikationen

Diplom in Soziologie

Rettungsschwimmer

B-Trainer Fitness

Adidas Fitness Academy

Exos Performance

Pakete für Personal Training im Club Neue Welt

Probestunde	39 Euro
6 Stunden	450 Euro
12 Stunden	880 Euro

Ratenzahlung möglich. Bitte sprechen sie mich an.

Kontakt

Website: <http://www.leidig24.de>

Mobil: (0175) 1251986

Mail: info@leidig24.de