

Konditionstraining mit Fitnesscoach Mirko

Mirko Drüker

Beschreibung

- Sportwissenschaftler M.A.
- Fitness- und Gesundheitstrainer
- Indoor-Cycling-Instruktor

Schwerpunkte

- Ausdauertraining
- Krafttraining
- Leistungsdiagnostik
- Personal Training



Konditionstraining mit Tennistrainer Harald

Harald Tennhagen

Beschreibung

- DTB-B-Lizenz-Trainer
- VDT Staatlich geprüfter Tennislehrer

Schwerpunkte

- Tennistraining, Technik & Taktik
- Auf Tennis bezogenes Konditionstraining

