



Dr. Sabrina Dehn



get fit
stay fit
feel fit



MEINE HERZENSANGELEGENHEIT:

ICH MÖCHTE MEINE LEIDENSCHAFT FÜR DEN SPORT MIT DIR TEILEN UND DEINEN SPASS AN BEWEGUNG WECKEN.

Ich bin Sabrina Dehn von **get fit stay fit feel fit**. Ich liebe starke Farben und ich bin Kursleiterin mit Dokortitel. Ich brenne für Bewegung und für mich muss Sport Spaß machen. Dass das geht und wie das geht, das möchte ich dir gerne zeigen.

Meiner Ausbildung als Übungsleiterin-C im Breitensport folgte eine Ausbildung zur LesMills Group Fitness und Indoor Cycle Trainerin sowie Kinderyoga-Trainerin. Seit 20 Jahren bin ich als Kursleiterin im Bereich Kraft-Ausdauer, Indoor Cycle, Pilates und Tabata Training tätig.

Ich möchte dir zeigen, wie wichtig ein körperlicher Ausgleich zum Alltag ist - und dass das Spaß machen kann. Lass dich von mir mitnehmen und motivieren. Erlebe, wie positiv sich Bewegung auf Körper und Geist auswirkt.

Ich freue mich auf dich!

“Mein Workout - 360°”

aktivierend - beweglich - rundum fit

hier bei solarpleXXus - for body & mind

Vera Heimann