



## Urte Lipsow

### **Personal Trainer mit Schwerpunkt**

- Training für orthopädische Erkrankungen
- Funktionales Athletiktraining
- Gesundheitsberatung



# Urte Lipsow

**Staatl. geprüfte Sportlehrerin, staatl. geprüfte Gymnastik-  
lehrerin, zertifizierte Fitnesstrainerin, Fitness Managerin,  
lizenzierte Personal Trainerin, Sport- und Bewegungsthera-  
peutin, Laufcoach, med. Trainingstherapeutin**

Als Ihre persönliche Trainerin stehe ich für erstklassiges und individuelles Personal Training – effektiv, nachhaltig und zielorientiert. Vom Reha-Patienten bis zum Athleten. Seit über 15 Jahren trainiere ich mit meinen Kunden, dabei stehen für mich ganzheitliche Trainingsmethoden und kompetente Betreuung im Vordergrund.

## ▶ Trainingsangebot

- Fitness- und Krafttraining
- Präventionstraining
- Rehabilitationstraining
- Rückentraining
- Functional Training
- Schwangerschaftstraining

## ▶ Spezialgebiete

- Gesundheitsberatung
- Gewichtsreduktion
- Training bei orthopädischen Erkrankungen
- Funktionales Athletiktraining

## ▶ Kontakt

E-Mail [ptpul@yahoo.de](mailto:ptpul@yahoo.de)

Mobil 0176/64 40 42 63

Meridian-Gruppe  
Wandsbeker Zollstr. 87 – 89 • 22041 Hamburg  
Tel. 040/65 89-0 • [www.meridianspa.de](http://www.meridianspa.de)