



Sebastian Weber

Personal Trainer mit Schwerpunkt

- Gesundheitsorientiertes Krafttraining
- Rehabilitationstraining
- Yoga



Sebastian Weber

Zertifizierter Fitnesstrainer, Lizenziertes Personal Trainer, Sport- und Bewegungstherapeut

Der Mensch. Im Medizinstudium habe ich gelernt wie er funktionieren sollte. Das Leben hat mich gelehrt, was „schief“ gehen kann und auch was man tun sollte, um wieder mehr Lebensqualität, Gesundheit und Freude zu spüren. Ich zeige Ihnen, wie das geht.

▶ Trainingsangebot

- Fitness- und Krafttraining
- Flexibilitätstraining
- Rückentraining
- Entspannungstraining
- Rehabilitationstraining
- Seniorentaining

▶ Spezialgebiete

- Pilates
- Yoga
- Tai Chi der Achtsamkeit

▶ Kontakt

E-Mail	story@webersebastian.de
Homepage	webersebastian.de
Tel.	040 690 72 15
Mobil	0174/72 54 620

Meridian-Gruppe
Wandsbeker Zollstr. 87 – 89 • 22041 Hamburg
Tel. 040/65 89-0 • www.meridianspa.de