

Neu im Team:



Verena Szych

Nach mehreren Jahren als Teilnehmerin beim Sand21 habe ich mich dieses Jahr dazu entschieden, eine Ausbildung zur Pilates Trainerin zu machen. Am Pilates begeistert mich vor allem die Möglichkeit während der Stunde einmal komplett in den dynamischen Bewegungsfluss abzutauchen und das wunderbare ganzheitliche Körpergefühl nach der Stunde. Ich hatte schon immer gefallen am Unterrichten und habe durch meine jahrelange Tanzerfahrung bereits einige Erfahrungen machen dürfen. In meinen Stunden lasse ich daher gerne tänzerisch Elemente einfließen und bin immer offen für die Gestaltung neuer und unterschiedlicher Bewegungsabläufe. Aktuell unterrichte ich beim Hochschulsport meiner Universität als Pilates- und Tanztrainerin und freue mich sehr nun ebenfalls Teil des Sand21 Teams zu sein. Aufgrund meines Wohnortes in Bochum und der Distanz zu Mönchengladbach werde ich primär als Vertretung und Springer eingesetzt werden und freue mich auf tolle Stunden mit euch.