

Christiane Sasse

ist zertifizierte Wirbelsäulen- und Pilatesfachtrainerin und Ausbilderin, Yogalehrerin BDY/EYU, Personaltrainer, Gesundheitscoach, im Fortbildungsteam der smoveyACADEMY und EuroEducation



Ihren Beruf als Trainerin lebt und liebt Christiane seit 32 Jahren mit anhaltender Begeisterung. Über diese Lebensspanne konnte sie die unterschiedlichsten Erfahrungen sammeln und hat sich einen Namen als Wirbelsäulenspezialistin gemacht. Dies prägt ihre heutigen Unterrichtskonzepte.

Förderung heilt und stärkt, Überforderung macht krank!

„Ich möchte Ihnen Motivation und Anstoß geben, mit Ihren eigenen Kräften und Fähigkeiten liebevoll zu haushalten, um sich gesund und wohl zu fühlen und so neue Begeisterung und Lebensfreude zu entwickeln. Alternative Gesundheitsthemen üben schon immer eine große Faszination auf mich aus. Persönliche Nähe und das Vertrauen, das mir von meinen vielen Schülern entgegengebracht wird, schätze ich sehr und bin immer wieder von Nachhaltigkeit und Effekt eines regelmäßigen uns sinnvollen Bewegungs- und Yogaprogrammes fasziniert“.

***Nicht der Mensch hat am meisten gelebt,
welcher die höchsten Jahre zählt, sondern der,
welcher sein Leben am meisten empfunden hat.***

Jean-Jacques Rousseau

Ich freue mich sehr auf diese gemeinsame Zeit.

