



## P4K-Akademie Berater-/Trainerprofil

### Vorname, Nachname

Kathrin Millinger



### Schwerpunktbereich S-M-U Modell

Selbstführung

Menschenführung

Unternehmensführung

### Module

Gesundheitsförderung, Mentaltraining

### Fachspezifische Ausbildungen, Zertifizierungen

Fitnesstrainerin A-Lizenz

Trainerin für Cardiofitness

Ernährungstrainerin

Leistungssport Bodytrainerin

Trainerin für gerätegestütztes Kra

Rehabilitationstrainerin

### Arbeits-/Beratungsschwerpunkte

Personl Fitness- und Ernährungscoaching

Unterstützendes Coaching bei der

Gewichtsreduktion

Rehabilitationstraining nach Verletzung, Krankheit

### Hobbies:

Kraftsport, Laufen, Mountainbiken, Wandern, Lesen, Reisen, Kochen, Freunde, Familie, Natur

### Slogan:

Trainieren. Essen. Glücklich sein.