



CAMILLA DENKERT

TRÄNINGSFILOSOFI

Jag brinner för att inspirera dig till att hitta glädjen i din träning. Oavsett vilket mål du har är det viktigaste att hitta den träningsform som du tycker är givande och samtidigt roligt. Jag ser till att träningen anpassas efter dina mål och tidigare träningsbakgrund. Alla har vi olika förutsättningar och jag kommer att göra mitt bästa för att du ska nå dit du vill, oavsett om du är nybörjare som vill komma igång eller en van motionär som strävar efter nya utmaningar.

GRUNDUTBILDNING

- Hälsopedagog, Lillsveds folkhögskola
- Lic. Personlig tränare, The Academy
- Certifierad massageterapeut, svensk klassisk massage.
- Gruppträningssinstruktör

VIDAREUTBILDNING

- Eleiko Strength coach level 1
- TRX
- Indoor Walking
- Core
- Spinning
- Funktionell Träning