

# MARIA KRACHER

Trainerinnentätigkeit seit: 1993

Trainerin beim Kneipp Aktiv-Club Eisenstadt seit: 1993

## Ausbildungen:

Übungsleiterin für Gesundheitsgymnastik  
(Bildungswerkstatt Breitenfurt)

Touch for Health I und II

Edu-Kinestetik 1,2,3

## Folgende Kurse biete ich an:

Gesundheitsgymnastik

## Meine Motivation:

Um gesund zu bleiben, braucht man Bewegung. Meine Motivation ist das gute Gefühl, welches man nach der Bewegung erfährt. Man schläft besser, das Essen schmeckt besser, der Körper ist durchgearbeitet und das Zusammenspiel von Körper und Geist wird gefördert.

## Sportliche Aktivitäten, Hobbies:

wandern, Schifahren, schwimmen, lesen, reisen

