

# SABRINA DIEHS



Trainerinnentätigkeit seit: 2015

Trainerin beim Kneipp Aktiv-Club Eisenstadt seit: 2015

## Ausbildungen:

Pilates Professional Coach

Fortbildungen in Pilates, Yoga, Spiraldynamik, Energiearbeit

## Folgende Kurse biete ich an:

Pilates & Bodywork

## Meine Lieblingszitate:

Unmöglich – sagt die Angst. Zu viel Risiko – sagt die Erfahrung.

Sinnlos – sagt der Zweifel. **Versuch's – flüstert das Herz!** (Unbekannt)

Die Natur ist die beste Apotheke. Vorbeugen ist besser als heilen.

Untätigkeit schwächt, Übung stärkt, Überlastung schadet. (Sebastian Kneipp)

## Sportliche Aktivitäten, Hobbies:

- Naturliebhaberin – wandern, laufen, Rad fahren
- kochen mit biologischen und regionalen Produkten
- Spiritualität erfahren und leben
- lesen
- wundervolle Orte der Ruhe und Kraft bereisen und genießen

