



WANNO WARDENAAR

Wil je afvallen? Topfit worden? Een marathon lopen? Scherp en stressbestendig zijn? Het menselijk lichaam en fitheid boeien mij van jongs af aan. Ik ben sportwetenschapper en werkte met topvoetballers en Olympische medaille winnaars. Daarnaast verdiepte ik me in stress en voeding en begeleidde ik militairen, de politie, artiesten en ambitieuze zakenmensen. Het is mijn passie om mensen het beste uit zichzelf te laten halen. Ik gebruik mijn kennis en ervaring om een persoonlijk plan te maken en jou je doel te laten bereiken.

Aarzel niet om vrijblijvend contact op te nemen.

Specialisaties:

- Persoonlijke benadering
- Lifestyle optimalisatie
- Fitheid en stressbestendigheid
vergroten Sportieve doelen halen

Opleidingen:

- Drs. Bewegingswetenschappen
- Docentenopleiding

Diverse cursussen over:

- Krachttraining
- Revalidatie
- Conditietraining
- Voeding