

## **Leitbild**

JÖRG LINDER AKTIV-TRAINING® steht für Prävention, Fitness und Gesundheitsmanagement in Baden.

## **Mission**

Unsere Mission ist es die Gesundheit, die Fitness und das Körpergefühl unserer Kunden zu erhalten und zu verbessern.

Wir wecken Motivation und Begeisterung für Gesundheit, Bewegung, lebenslanges Training und einen aktiven Lebensstil.

## **Unser Anspruch**

Wir verbessern die Bewegungsqualität unserer Kunden. So trainieren wir nachhaltig und verbindlich.

Wir setzen uns ein für Fitness, Gesundheit und Bewegung. So fördern wir selbstverantwortliches Handeln und Eigeninitiative.

Zum Nutzen unserer Kunden entwickeln und begleiten wir differenzierte Trainingsprogramme.

Freude an der Bewegung und Stolz auf die eigene Leistung soll jeder täglich erleben.

## **Selbstverständnis**

Jeder hat das Recht auf Fitness und Gesundheit. Bewegung, Gesundheit und qualifiziertes Training ist dabei von zentraler Bedeutung.

JÖRG LINDER AKTIV-TRAINING®

Training | Coaching | Prävention

Wir sind Experten im Bereich Training, Rehabilitation und Bewegung

Wir bekennen uns zu einem bewegungsreichen und aktiven Lebensstil.

Wir arbeiten in erster Linie für den individuellen Erfolg unserer Kunden.

Unser Verhalten ist konstruktiv und fachlich.

Wir stärken und verstärken die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Ärzten und die für unsere Kunden relevanten Einrichtungen.

### **Unsere Werte**

Wir sorgen eigenverantwortlich für unsere Gesundheit.

Im Rahmen des Möglichen stehen wir jedem bei Gesundheit zu erreichen und zu verbessern.

Wir achten auf unsere Nahrung.

Wir achten auf eine gesunde und aktive Lebensweise und möchten diese Lebensweise anderen Menschen ermöglichen.

Wir wollen das Wissen um Gesundheit und Bewegung allen zugänglich machen.

Gesundheit ist Bewegung – Bewegung ist Gesundheit.

JÖRG LINDER AKTIV-TRAINING®  
Training | Coaching | Prävention

**JÖRG LINDER AKTIV-TRAINING® ist zeitlich und räumlich flexibel und bietet Ihnen:**

Gesundheitstraining / Gesundheitscoaching

Differenzierte Trainings

Personal Training

Kleingruppentraining

Sport-Reha

Lauftraining / Lauftherapie

Vibrationstraining

Athletiktraining

Triathlon / Radsport / Schwimmen

Kettlebell und Functional Training

Golf-Fitness

Training der Sensomotorik

Ernährungscoaching / Gewichtsmanagement

Mentaltraining

Coaching / Health-Management

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Trainingsraum in Baden-Baden

Outdoor-Training

**Kontakt:**

Jörg H. Linder

web: [www.aktiv-training.de](http://www.aktiv-training.de)

Mail: [info@aktiv-training.de](mailto:info@aktiv-training.de)

Mobil: 0177 / 4977232

Festnetz: 07223 / 8004699

Fax: 07223 / 8005271