



An Bord

Bordunterhaltung

Cycling-Week mit Klaus Gruber

## Cycling-Week mit Klaus Gruber

Erleben Sie abwechslungsreiche Stunden auf dem Cycling-Bike, beim Autogenen Training in Kleingruppen oder im 1:1 Personal Training. Freuen Sie sich außerdem auf eine Vortragsreihe zum Thema „Die Säulen eines gesunden Lebensstils - Ernährung, Bewegung und Schlaf“ an Bord der Mein Schiff 7.

**Name:**

Klaus Gruber

**Ich bin an Bord als:**

Gastexperte für den Bereich Sport & Gesundheit

**Einige Worte über mich:**

Das Leben von Klaus Gruber war immer schon von Bewegung, Sport und Fitness geprägt. Von frühester Jugend an zog es ihn in die Welt des Sports, wobei er sich besonders dem Rennradfahren widmete. Als früherer Rennrad-Leistungssportler hat Klaus seine Leidenschaft für Bewegung und körperliche Fitness nicht nur zu seinem Lebensinhalt, sondern auch zu seiner beruflichen Mission gemacht.

Sein Weg führte ihn durch zahlreiche Stationen und umfangreiche Ausbildungen im Sportbereich. 2004 setzte er dann einen wichtigen Meilenstein in seiner Karriere und gründete seine eigene Sportagentur in Heidelberg. Seitdem hat Klaus unzählige Menschen auf ihrem Weg zu einem gesünderen und aktiveren Leben begleitet. Er ist ein versierter Mental Coach, Personal Trainer, CrossFit Coach und Cycling-Instructor, der seine Expertise und Begeisterung für Sport und Fitness mit anderen teilt.

Freuen Sie sich auf viele abwechslungsreiche Stunden mit Cycling-Kursen, Mental-Coaching und informativen Vorträgen zum Thema „Die drei Säulen eines gesunden Lebensstils - Ernährung, Bewegung und Schlaf“.

**Mein Lieblingsplatz an Bord:**

Ist die Himmel & Meer Lounge

**Website:**

[www.die-sportagentur.de](http://www.die-sportagentur.de)



### Kurz gefasst:

#### Wann findet es statt?

Termine entnehmen Sie bitte dem Bereich Meine Reise und dem Tagesprogramm an Bord

#### Was kostet es?

#### Anmeldung