Corinne Kuhn

Jahrgang 1976
Therapeutin und Personal-trainerin seit 2008

Meine Erfahrungen kommen aus meiner Zeit als ehemalige Skirennfahrerin, Swiss Ski und aus langjähriger Arbeit mit Spitzen- und Breitensportlern.

Mein Wissen erlange ich durch stetige Aus- und Weiterbildungen sowie durch meine Selbsterfahrung.

cK Body-tuning

Corinne Kuhn
Feldbach 4a
8753 Mollis

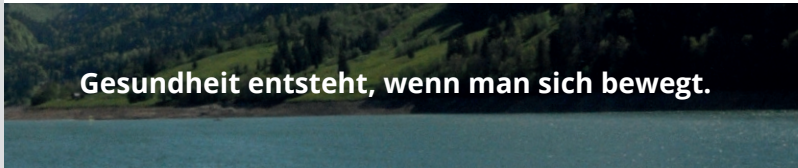
+41 78 843 59 96
corinne@ck-body-tuning.ch

www.ck-body-tuning.ch

cK Body-tuning

VITALITÄT

Im Sport und im Leben



Was biete ich Ihnen

Ich hole Sie ab, wo Sie heute stehen.
Mit **Humor** und **Emphatie**
motivier und **aktivier** ich Sie.

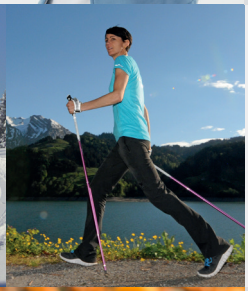
Therapie

Akupunktmassage-Therapie (APM)
Eine ganzheitliche Therapiemethode für die Behandlungen von funktionellen und vegetativen Störungen des Bewegungsapparates und für die Schmerztherapie.

Manuelle Therapie
Dient zur Behandlung von Funktionsstörungen des Bewegungsapparates (Gelenke, Muskeln, Nerven)

Sport- und Klassische Massage

Anerkannt bei der KK-Zusatzversicherung



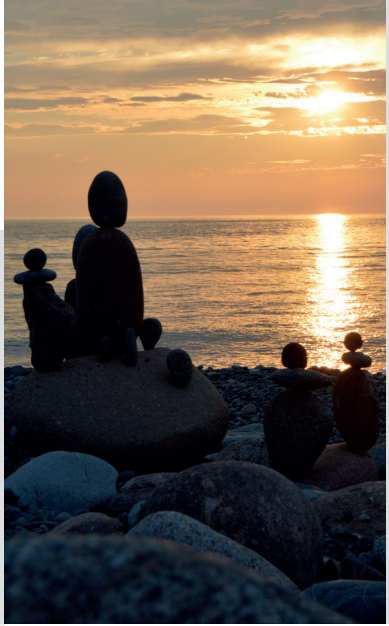
Personal Training / Bewegung

Outdoor Winter	Outdoor Sommer	Indoor
Ski Alpin	Rad/Bike	Geräte Gym
Langlauf	Nordic Walking	
Schneeschuh	Kajak	

Ernährung

Ernährung im Zusammenhang mit Sport und dem täglichen Leben.

Ernährung nach den fünf Elementen



Auszug aus Kundenaussagen:

«Ich habe Corinne als feinfühlige Trainerin erlebt, die mich mit wertvollen Hinweisen zur Trainingsplanung und Umsetzung meiner Ziele ideal unterstützt hat.» (Roger, 47)

«Corinne arbeitet absolut motivierend und professionell. Ihr Training empfinde ich als massgeschneidert und abwechslungsreich.» (Annalis, 66)

«Wer sich in die Hände von Corinne begibt, erfährt eine professionelle Betreuung sowohl als Personal Trainerin als auch in der Massage. Sie geht gezielt auf deine Wünsche ein und weiss mit ihrer tollen Art dich zu motivieren.» (Katrin, 38)

Nutzen für Sie

Stärkung der Selbstwahrnehmung
Selbstregulation und Genesungskompetenz

Ihr **Fokus** liegt auf **Gesundheit**. Meiner darauf, Ihnen **Therapie, Personal Training** und **Ernährung** aus einer Hand zu bieten.

Mit Leichtigkeit hin zu neuer Lebensfreude