

# Was sagen aktuelle und ehemalige Leistungssportler Österreichs über Life Kinetik



## ***Fabian Koch - U21 Teamspieler***

Durch das Life Kinetik Programm in unserem Training lernte ich, viel besser mit koordinativ anspruchsvollen Situationen umzugehen. Zusätzlich verbesserte es mein peripheres Sehen und meine Reaktion. Es macht auf jeden Fall sehr viel Spaß und die positiven Auswirkungen merkt man schon nach den ersten Trainingseinheiten.



## ***Christine Sponring – ehem. Skiweltcupfahrerin***

Ich war sehr überrascht wie vielseitig das Trainingsprogramm war und wie schwer ich mich mit vielen Übungen getan habe. Es förderte unheimlich meine Konzentrationsfähigkeit und beim lernen für meinen neuen Beruf tat ich mich wesentlich leichter. Außerdem schlafe ich seit dem Kurs viel besser. Ich bin davon überzeugt, dass Life Kinetik jedem in seinem Bereich, egal ob Sport, Schule oder Alltag, weiterhelfen wird und wünsche jetzt schon allen viel Spaß beim üben – ich hatte ihn auf alle Fälle...