



... das sind wir!



Silke Hamm

Lizenzen und Zertifikate

2005 Übungsleiterin Haltung und Bewegung (HTV)

1999 Übungsleiterin Fitness und Gesundheit (HTV)

Silke Hamm Privat

Ich bin am 06.08.1977 in Frankfurt am Main geboren.

Sport hatte mir schon als Kind immer viel Spaß gemacht! Bei der TSG Nordwest begann alles in einer Jazztanzgruppe.

Ich entschloss mich 1999 einen Übungsleiterlehrgang zu besuchen, um selbst Fitnesskurse leiten zu können. Ich konnte direkt nach der bestandenen Prüfung einen Kurs im Verein übernehmen.

Mein Interesse im Fitnessbereich war so groß, dass ich gemeinsam mit anderen Übungsleiterinnen der TSG Nordwest viele Lehrgänge, AerobicConventions und sogar Fitness-Urlaube besuchte, um mich immer auf dem neuesten Stand der Fitnessbranche zu halten und um mich weiterzuentwickeln.

So macht es mir heute noch Spaß, Teilnehmer zu motivieren und in Form zu bringen, bzw. zu halten.

Aktuell bin ich als Kursleiterin in den Bereichen BBP& Rücken, Bodystyling tätig.