

Top-Adresse für Fitness in Neubrandenburg – das SportATRIUM

Seit fünf Jahren aktiv im Dienste der Gesundheit

Neubrandenburg(AK/mbb).

Sie ist kompetent, sie ist freundlich und nunmehr seit fünf Jahren als Personal Trainerin in Neubrandenburg tätig: Ulrike Dörge. Ihr Firmenjubiläum beging sie kürzlich mit einem Fitnessbrunch für die ganze Familie in ihrer eigenen Trainingsstätte, dem Sport-ATRIUM im RWN Gewerbe-park, Nemerower Straße 2. Mehr als 80 Gratulanten waren gekommen, um Ulrike Dörge zu gratulieren und ihr zu danken, dass sie ihnen im zurückliegenden halben Jahrzehnt mit ihrem Wissen und Können sowie großer Leidenschaft geholfen hat, den Weg zu mehr Fitness, zu mehr Gesundheit zu gehen.

Während der kleinen Jubiläumsfeier, sie wurde übrigens mit Livemusik von Tino Eisbrenner und André Drechsler musikalisch begleitet, kamen in den Gesprächen der Gäste immer wieder die Stärken der Personal Trainerin zur Sprache. Es gelinge ihr stets, ein abwechslungsreiches und nie langweiliges Training anzubieten. Trainingsfrust entsteht so nie. Eine weitere Stärke ist die Vielfalt der Angebote, die von Aerobic- und Stepkursen über Body- und Mindkurse bis hin



Ulrike Dörge – im rechten Foto Bildmitte – feierte ihr fünfjähriges Firmenjubiläum als Personal Trainerin mit einem Familienbrunch, zu dem auch Tino Eisbrenner kam und gemeinsam mit André Drechsler musizierte.
Foto: Bernd Ladin

zu Spinning, Pilates oder Wirbelsäulengymnastik reichen. Diese können zum Beispiel als Gruppentraining gebucht werden.

Und für Firmen hat Ulrike Dörge spezielle Angebote entwickelt, damit deren Mitarbeiter systematisch trainiert werden können. Zu den Programmen gehören Jogging, Walking oder Aerobic, aber auch Beratung zu gesunder Ernährung und Entspannungstechniken. Dabei lässt sie sich von der Erkenntnis leiten, dass sport-

lich aktive Mitarbeiter seltener krank, ausgeglichener, weniger stressanfällig und reicher an Ideen sind.

„Nebenbei“ ist Ulrike Dörge außerdem noch als Vorstandsvorsitzende des Vereins für Gesundheitssport M-V aktiv. „Wir bieten unseren Mitgliedern Reha- Sport, Herz-Kreislauf-Training (Cardio Fit), Rücken-Fit, Lungensport, Beckenboden-Gymnastik, Pilates, den Erwerb des Fitnessführerscheins...“, beschreibt Ulrike Dörge das Angebot.

Dass Ulrike Dörge bei diesem umfangreichen Arbeitspensum nicht den Blick über den berühmten Tellerrand verliert, zeigte sich während ihres Firmenjubiläums, denn sie initiierte unter ihren Gästen eine Spendenaktion für das Kinderhaus des Neubrandenburger Klinikums. Die Aktion läuft auch noch die nächsten Tage, so dass die Spende in Kürze übergeben werden kann.

Kontakt unter Telefon: 0395 7774660