

SONJA KÖNIG

ICG® Master Trainer
in Deutschland
spricht Deutsch und Englisch

Sonja studierte Sport in Köln an der Deutschen Sporthochschule mit Schwerpunkt Trainingswissenschaften. Als mehrfache Deutsche Meisterin im Rudersport und über 20 Jahre Erfahrung in der Fitnessbranche mit Schwerpunkten auf der Trainingsfläche/im Groupfitness/Personal Training und der Leistungsdiagnostik hat sie die Leidenschaft zum Indoor Cycling für sich entdeckt und ist seit 2011 Teil der ICG® Familie. Mit Spaß und Freude in ihren Stunden schafft sie es die Kursteilnehmer zu motivieren, ihre Ausdauer zu verbessern und ihre Ziele zu erreichen. Neben der Tätigkeit als ICG® Master Trainerin betreibt sie ein eigenes Fitness Studio in Leverkusen (SportLoft Leverkusen), in dem sie neben Indoor Cycling Kursen auch Yoga, Pilates, Jumping Fitness und weitere, motivierende Kurse betreut. Zudem ist sie in einem der größten Sportvereine in NRW dem TSV Bayer 04 Leverkusen tätig.

✉ sonja.koenig@indoorcycling.com  Sonja König

