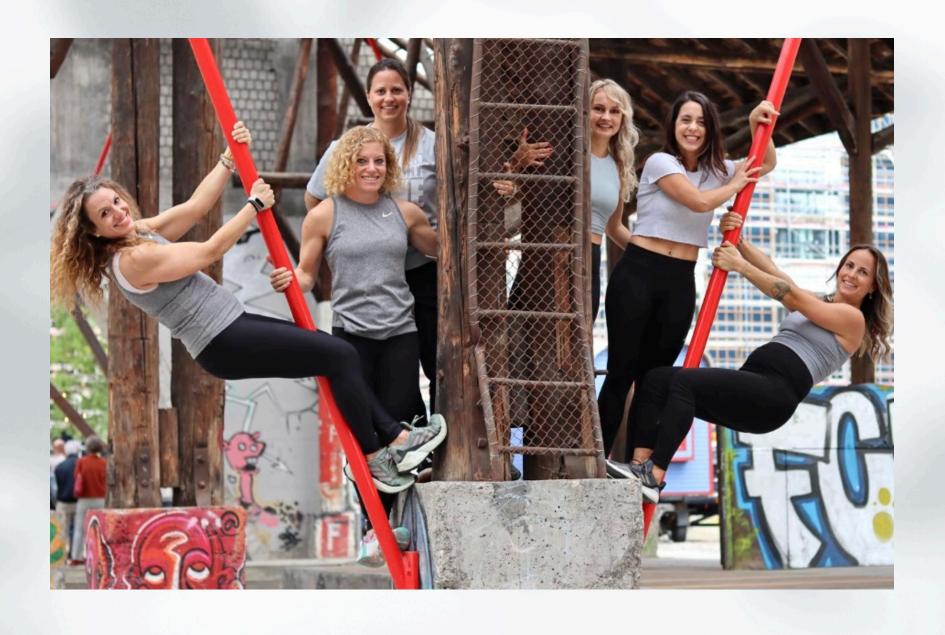
Sportzone Sportzone

Die Zonen erweitern sich!

Die Sportzone wird grösser und die Crew wächst



Teamzone



- Kinderyogalehrerin 100h /
- Postnatal Pilates Instructorin (PilateSwiss)
- Babymassage
- B.A in Kindheitspädagogik
- Lehrperson Kindergarten
- Daz Weiterbildung
- Seminarleiterin im Bildungszentrum
- Kauffrau für Versicherungen und Finanzen
- Funktionelles Krafttraining, Sport in der Natur
- Mama einer Tochter (2023)

Sabrina F. Mamazone



Georgine P. Kraftzone

- CrossFit Level 1
- Ausbildung Sport Menschen mit Beeinträchtigung
- Coach für funktionelles
 Training
- Trainerin für Seniorinnen im Turnverein Opfikon
- Masterabschluss in Nonprofit Management
- Projektmanagerin
- Kraftsportlerin, Sport in der Natur

Teamzone



Sandy F. Founderin

- Fitness- Athletik und Pilatestrainerin (SAFS, PilateSwiss, J&S Ausbildungen Kinder- & Jugendsport)
 - Prä- und Postnatal Coach (div. Ausbildungen | PilateSwiss)
 Kindheitspädagogin HF
 - Teamleiterin in soz. Medizinischen Institutionen
- ehem. Teamleitung Sprachförderung Bewegungsförderung PHSG
 - Podcast Spotify Zentrum frühe Bildung
 - ehem. Leistungssportlerin Leichtathletik (Sprint)
- Mutter von einem Sohn (2023) 2. Kind in Erwartung März 2026

Mews Sportzone

Neben der Kraftzone, Laufzone, Mamazone und Ernährungszone:

wächst unser Angebot ab Herbst 2025 um eine neue, wichtige Zone!

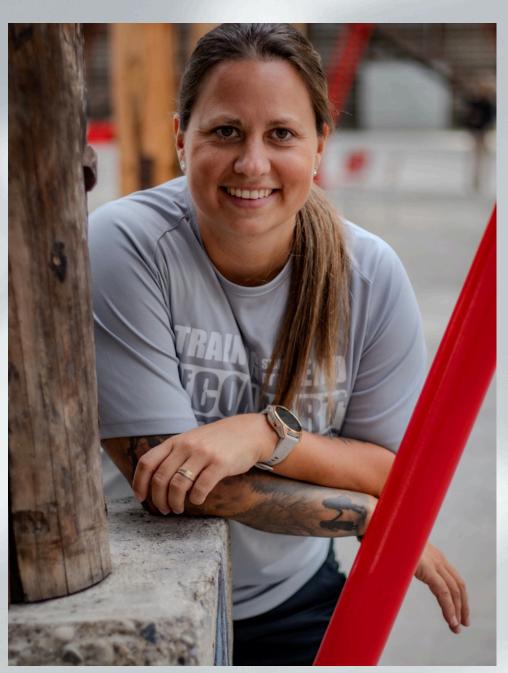
Melly-Sportzone

It's coming soon! Balancezone



Mental-Coach Janine S.
Paar- & Sexualtherapeutin Jacqui M.
und Physiotherapeutin Sirine K.

Balancezone



Janine S. Mentalcoach- & Frauengesundheit

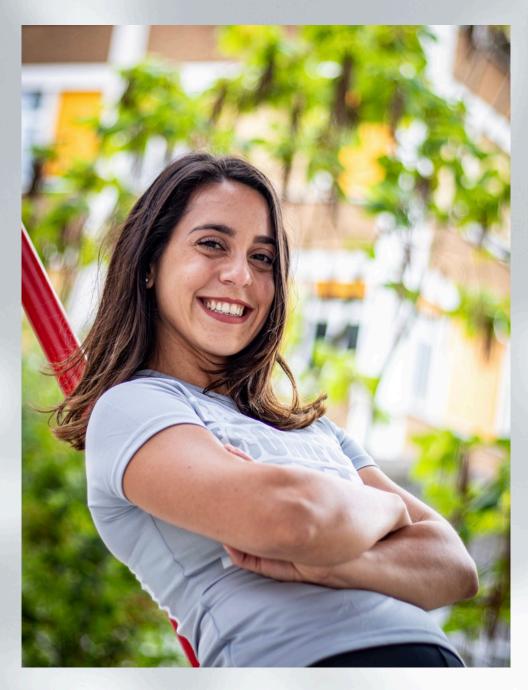
- MAS in Projektmanagement HWZ
- Masterarbeit Synergien aus der Sportwelt für die Geschäftswelt
- Leadership und Mentalcoach
- ENSA Erste Hilfe Gespräche für Führungskräfte
- Positive Psychologie im Arbeitsalltag
- Frauengesundheit
- ehem. Leistungssportlerin K&S Fussball (GC Frauen & U-18 Schweizernationalkader)



Jacqui M. Paar -& Sexualtherapeutin

- •CAS Psychosoziale Beratung in Sexueller Gesundheit, HSLU Luzern
- Systemische Sexualtherapie,
 IGST Heidelberg
- Gewaltfreie Kommunikation
- Positive Psychologie am Arbeitsplatz
- Kommunikationsfachfrau
- Bergsteigerin und Multisportiv
- Mutter von einer Tochter (2015)

Balancezone



Sirine K. Physiotherapeutin

- •Bachelor of Science Physiotherapie bei THIM van der Laan AG Landquart
 - Eidgenössische Berufsmaturität Typ Wirtschaft
 - Fachfrau Apotheke EFZ
- Top 30 combi manual trigger point therapy and dry needling (2025), Dry Needling Therapist DGSA
 - Leiterin J+S Geräteturnen Jugend
 - Kampfsportlerin & Geräteturnerin
 - Kunstturnerin im Spitzensportbereich

More Infog

Klick dich rein auf unsere Webseite - da gibt's weiteres zu entdecken! Wir freuen uns riesig auf deinen Besuch. Sportliche Grüsse, deine Teamzone