

B a b s

Barbara Kistler, bin verheiratet und habe 2 tolle Töchter

Die Sport-, Tanz- und Fitness Welt begleitet mich bereits durch mein ganzes Leben....

Meine ganze Familie war immer sportlich unterwegs, darum turnte ich bereits als 7-jähriges Mädchen in der Mädchenriega und schwamm gleichzeitig im Schwimm Klub, Wettingen. Etwas später habe ich die Liebe zum Jazz-Tanz entdeckt und war immer noch Mietglied im Turnverein, Obersiggenthal.

Als junge Frau hat mich das Aerobic-Virus angesteckt und ich nahm sogar teil an Wettkämpfen in einer 2er Formation zusammen mit meiner Freundin Bea.

In der Zeit als ich geheiratet habe und meine beiden Töchter bekam, trainierte ich jahrelang bei Flory's Fitness Factory.

Als die neue Richtung Aerobic Latin alias Zumba aufkam, packte es mich endgültig und ich absolvierte die Ausbildung zur Zumba Instrukturin. Diese Kombination von Fitness, Musik, Tanz und Spass liebe ich meinen Kunden zu übermitteln. Es ist zu einer grossen Leidenschaft geworden.

Damit ich auch den Bereich Anatomie korrekt instruieren konnte, habe ich bei SAFS in Zürich die Ausbildung für die Group Fitness Instrukturin abgeschlossen.

Danach folgte „Strong Nation“ (alias Strong by Zumba), welches ich als ein absolut tolles Workout finde. Die Zusammensetzung von Cardio und Kraft ist einmalig. Es beinhaltet auch Boxelemente und die Musik ist auf alle Bewegungen abgestimmt.

Aus- und Weiterbildungen

2012	Zumba Fitness Instrukturin mit Diploma, Studio Arriba, Dietlikon
2016 Juli	Strong Nation Ausbildung mit Diploma, Studio Emotion fit by Mary, Schönenwerd
2016 August	Group Fitness Instrukturin (FunTone) und Grundlagenausbildung über Körperfunktionen mit Diploma, SAFS, Zürich
2019 Juni	Pump Instrukturin, update Akademie, Uzwil

Werdegang im Fitness & Tanz Bereich

2012 - 2018	Instrukturin bei Flory's Fitness Factory, Untersiggenthal
2015 - 2017	Zumba Instrukturin, selbständig Bewegungsraum, Endingen
2017 - 2018	Zumba Instrukturin, selbständig jeweils in Lengnau und Unterendingen
2018 Oktober	Übernahme des Flory's Fitness Factory, Untersiggenthal (neu: 2be Active 2018 bis heute)
2019 Juni	3. Platz an der HipHop Swiss Championship, Lausanne