

Referenzschreiben für Sabine Vogelsang - Oktober 2010

Liebe Sabine

Seit Juni 2010 trainiere ich nun unter deiner Obhut -- nachdem ich mich einige Jahre erfolglos nach einer geeigneten Trainingsmethode umgesehen hatte und kurz vor der Kapitulation stand.

Du hast meine Zielsetzung klar verstanden und einen Trainingsplan ausgearbeitet, der sehr genau meinen Bedürfnissen entspricht. Du hast mich zudem mit einer liebenswürdigen Hartnäckigkeit dazu gebracht, die nötigen Konzessionen zu machen, um tatsächlich nachhaltig und wirkungsvoll zu trainieren.

Ich habe mich bereits nach sechs Wochen besser gefühlt und stelle nach vier Monaten fest, dass ich kaum mehr Nackenschmerzen habe, dass ich mich deutlich stärker und gesünder fühle und weniger mit Erkältungen zu kämpfen habe. Das körperliche Wohlbefinden, das sich durch das regelmässige und auf mich zugeschnittene Training eingestellt hat, wirkt sich sehr positiv auf mein Selbstwertgefühl aus. Auch vom zweiten Trainingsplan bin ich begeistert, weil er auf dem ersten aufbaut und diesen erweitert. Du arbeitest ausserordentlich differenziert und vielfältig -- als Lehrperson würde ich sagen "beispielhaft förderorientiert" -- auf den Stärken aufbauen und die Schwächen nicht ignorieren, sondern angehen auf die wirkungsvollste Art und Weise. Die gemeinsamen Trainings sind mir jedes Mal ein Vergnügen -- ich hoffe, du bleibst mir als mein persönlicher Coach noch lange erhalten und wünsche dir persönlich und beruflich nur das Beste.

Herzlichen Dank für dein Engagement

M. N. S.

(Lehrperson /Dozentin, Jg. 1959).