

Feuerdrache-Akademie

Fernöstlich fit

Körper und Geist trainieren

Landsberg. „Bewegungskunst als Lebensweg“ lässt sich das Trainingskonzept überschreiben, das Marco Gagelmann entwickelt hat. Der Trainer, Gesundheitscoach und Gesundheits- und Budopädagoge bietet in seiner „Feuerdrache – D.A.O- und Coachingakademie“ Kurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie für Gruppen und Einzelpersonen an.

„Bewegung ist nicht alles“, sagt Gagelmann, der sich intensiv mit fernöstlichen Methoden beschäftigt, „es geht wesentlich

chinesische Kampf- und Bewegungskünste zu einer Einheit. Den Weg hin zu einer reifen, respektvollen Persönlichkeit begleitet Gagelmann als Gesundheitscoach und -pädagoge.

„Begleitet durch das Gesundheitscoaching und das Konzept der natürlichen Bewegung verschmelzen der äußere, innere, individuelle und gemeinsame Weg“, sagt der Trainer. Die von ihm eingesetzten Kampfkunstelemente werden nicht um des Kämpfens willen trainiert, sondern „um zu lernen, dass man wenn es so weit ist, nicht kämpfen muss“.



Marco Gagelmann trainiert nicht um des Kämpfens willen, sondern um zu lernen, dass man nicht kämpfen muss. Foto: privat

Schulen und Firmen in Form von individuell zugeschnittenen Konzepten zusammen. res

■ Kontakt: Marco Gagelmann, Danziger Platz 11 in Landsberg,