

Ihre Instruktoren



Melanie Urech – General Group Fitness Managerin Group & Fitness-Instruktlerin in der Migros Aare

Als Group Fitness-Instruktlerin unterrichtet sie seit 17 Jahren ein breites Spektrum an verschiedenen Group Fitness Formaten. Durch ihre langjährige Erfahrung in der Branche und ihrer Tätigkeit als Dozentin bei der SAFS verfügt sie über fundiertes Wissen im Bereich Ausdauer- und Gruppentraining. Zudem ist sie Teil des LES MILLS Schweizer Nationalteams und dort für die Cycling- & HIIT- Programme als Ausbilderin und Presenterin tätig. Sie unterrichtet mit viel Leidenschaft und Power und wird dich in ihren Trainings mit Sicherheit zum Schwitzen bringen.



Gilles Mattle – Bereichsleiter Kurswesen, STV. Bereichsleitung Fitness, Group Fitness Instruktor, Fitnesspark Trafo Baden

Gilles Mattle seit über 8 Jahren in der Fitness- und Gesundheitsbranche zuhause. Seine Leidenschafte ist das Massieren, Trailrunning, Fitness, Gruppenkurse, Duathlon, Wassersport und Zeit mit der Familie. Wenn er sich ein Ziel in den Kopf gesetzt hat, will er dies zu 100% erreichen. Seine Stärken sind das mentale durchhalten und der Ehrgeiz.



Lisa Stefani – Betriebsleitung FlowerPower Olten & Group Fitness Instruktorin

Lisa ist eine ausgebildete professionelle und leidenschaftliche Tänzerin mit Bachelor of Arts in Contemporary Dance und Postgraduate Diploma in Dance Performance. Die gebürtige Italienerin arbeitet seit Anfang 2012 in der Swiss Academy of Fitness & Sports im Bereich FunTone®, Pilates, PowerYoga und LesMills Barre. Als Club Managerin ist Lisa bei der Fitnessclub Kette Migros Aare tätig. Lisa überzeugt mit ihrer perfekten Bewegungsqualität, ihren fließenden Bewegungen, Ausstrahlung und immer guten Laune.