



Rickard Mayer

Min uppgift som PT är att coacha fram det bästa ur dig och se helheten. Detta gör vi genom tydliga enkla ramar utifrån dina förutsättningar, mål och syften med din träning. Att träna med mig ska vara en utmaning, stimulerande och roligt! På Träningspuls ser du mig arbeta som personlig tränare, massageterapeut, gruppträningssinstruktör och i receptionen. Jag har ett förflutet inom lagidrott och dans.