



## Team ICG Experten persönlich

- Name:** Holger Waldeck
- Geburtsdatum:** 31.03.1973
- Sternzeichen:** Widder
- Kurzbiographie:** Freizeit- und Leistungssport ist für Holger seit seiner frühen Jugend ein fester Bestandteil seines Lebens. Über die Leichtathletik, Handball und Volleyball kam er zum Feldhockey. (Div. Auswahlteams zur Jugendnationalmannschaft) Wenn er nicht auf dem Hockeyplatz war, war das Rennrad oder das Mountainbike sein ständiger Begleiter. Während eines Urlaubes 2010 wurde er vom Indoor Cycling ICG® Virus gepackt, die Kombination aus motivierender Musik und intensivem Sport lassen ihn seitdem nicht mehr los. Im Hauptberuf Ingenieur, genießt er die Betätigung zwischen den Welten der Industrie und der Groupfitness. (Holger ist lizenzierter Trainer für Hot Iron, Iron Workout und TRX Suspension Training) Seit 2014 ist Holger Teammitglied im Team ICG® Mastertrainer Team.
- Mein Lebensmotto:** Die schlechteste Entscheidung ist keine Entscheidung
- Mich trifft man:** Enjoy fitness club - Ellhofen, FITNESS Lifestyle Club - Heilbronn
- Freizeitaktivitäten:** Mountainbiken, alpines Wandern, Snowboarden, Tauchen
- Lieblingspeise:** alles italienische
- Kontakt:** holger.w@teamicg.de