

A portrait of Lukas Weinhandl, a smiling man with short brown hair, wearing a blue jacket with a small logo on the chest. He is standing in front of a background of trees with yellow and orange autumn leaves.

Lukas Weinhandl
Kinesiologe & Coach



Coaching & Kinesiologie

Mein Weg für Ihre Performance

Eigenverantwortung ist der Schlüssel zu Freiheit und Weiterentwicklung. Um Ihre Ressourcen und Potentiale zu entdecken und zu entfalten bedarf es oft nur eines kleinen Anstoßes.

Meine Erfahrungen und Werkzeuge als Spitzensportler und Kinesiologe sind ein Garant, um mit Ihnen die notwendigen Impulse für Sie zu setzen und Ihr Potential für Ihren Weg freizusetzen.

Kontakt, Termine & Informationen

Dominikanergasse 30 | 8047 Hart b. Graz
mob: +43 676 3193303 | lukasweinhandl@gmx.at



weinhandlperformance.at



Kinesiologie & Sport - meine Werkzeuge

Kinesiologie als Sammelbegriff für alle Verfahren, in denen der „Muskeltest“ (Biofeedbacksystem des eigenen Körpers) angewendet wird, dient Ihnen als höchst effektive Methode um Blockaden und Stressauslöser im körperlichen, mentalen und emotionalen Bereichen zu erkennen und diese Bereiche wieder in Balance zu bringen.

Ich zeige Ihnen wie Sie Nachrichten Ihres Körpers übersetzen lernen und Ihre Selbstheilungskräfte wieder aktiviert können.

Personal Coaching

Das Ziel „Stärken zu stärken, um Potentiale zu heben“ ist mir als ehemaliger Tennisprofi ein besonderes Anliegen. Die Balance von Körper, Geist und Seele ist eine notwendige Voraussetzung vom Büroangestellten bis zum Spitzensportler, um für seinen Alltag „das Beste“ herauszuholen.

Der richtige Methodenmix aus kinesiologicalischen Elementen wie Touch for Health, Brain Gym, Hyperton-X, TCM, Akupunkturpunkte, etc., und Koordination/Fitness ist für mich ein Garant Ihr gewünschtes Ziel im gesundheitlichen und sportlichen Bereich auf die Straße zu bringen.

