

STRONG 2024 TOGETHER

POWERED BY NORDICWELLNESS



MARIKA JINGBLAD

LES MILLS BODYPUMP

Marika Jingblad, internationell presentatör och tränare från LES MILLS i koncepten BODYBALANCE, BODYPUMP och SHAPES. Hon är även instruktör i Les Mills GRIT, CORE och Strength Development. När hon inte coachar människor till ett hälsosammare liv i träning jobbar hon som leg. naprapat och projektledare.



KARIN BJÖRNELOO

LES MILLS BODYPUMP

Karin Björneloo är LES MILLS Senior Master Trainer och utbildare för Nordic Wellness. Med många års erfarenhet i träningsbranschen, en fot i sjukvårdsbranschen som sjuksköterska och en bakgrund som professionell dansare, brinner hon extra mycket för pedagogik och glädje med en fullständig övertygelse om att alla kan vara med – på sin egen nivå!



NIKLAS BOHLIN

LES MILLS DANCE OCH SHAPES

Niklas Bohlin heter jag och jobbar som tränare för LES MILLS NORDIC i koncepten DANCE, SHAPES och CORE. Till vardags befinner jag mig på Nordic Wellness och jag ser så fram emot vårens absolut roligaste event, Strong Together. Vi kommer att dansa loss i LES MILLS Dance och vi kommer hitta vår hot spot i LES MILLS Shapes.



BILLY MAGG

LES MILLS BODYATTACK OCH LES MILLS DANCE

Billy Magg jobbar som tränare för LES MILLS NORDIC. Han utbildar och presenterar programmen BODYATTACK, SH'BAM, DANCE, CORE, BODYJAM & BORN TO MOVE runt om i Sverige och Europa. Under våren 2023 har han varit i Nya Zeeland och filmat de nya releaserna som BODYATTACK.



HANNA LUNDH

LES MILLS BODY BALANCE OCH LES MILLS DANCE

Hanna Lundh arbetar som Senior trainer och presentatör för LES MILLS NORDIC och instruerar i BODYJAM, BODYCOMBAT, BODYBALANCE, GRIT, LES MILLS SHAPES, BODYATTACK och LES MILLS CORE. För Hanna är det viktigt att man som deltagare känner att man får med sig något från hennes klasser. Om det är ny kunskap, upplevelser, glädje, ömma muskler, lugn eller kanske utlopp för hela sitt känsleregister. Hanna har alltid nära till skratt och älskar att få dela med sig utav sitt genuina intresse för träning, oavsett träningsform. Du utlovas alltid att få 100% Hanna.

LES MILLS

STRONG 2024 TOGETHER

POWERED BY NORDICWELLNESS



LINDA KARLSSON

FUNCTIONAL POWER

Linda arbetar som gruppträningskoordinator på Nordic Wellness. Hon brinner för träning och hälsa och är instruktör i 11 olika koncept inom LES MILLS och Nordic Wellness egna koncept. Det är nog en underdrift att säga att Linda älskar gruppträning och allt där till. Hennes största passion i livet är att ge människor träningsglädje och se dem förbättras vecka efter vecka, finns inget som slår det. I dagsläget håller hon också på att utbilda sig till PT för att utvecklas ännu mer.



EVELINA EKLUND

FUNCTIONAL POWER

Evelina har arbetat som instruktör, koreograf och utbildare i hela sitt vuxna liv, både utomlands och på hemmaplan. Brinner för att se människor utvecklas och ge sitt bästa i salen. Nominerad 7 år i rad och framröstad topp 4 i kategorin "Årets gruppträninginstruktör" på Guldhjärtat. På detta event hittar ni henne på nyheten FUNCTIONAL POWER by Nordic Wellness.



JOHAN PETTERSSON STRÖMER

FUNCTIONAL POWER

Instruerat och varit PT i mer än halva livet nu. Utbildar i cykel och puls, instruerar utöver FUNCTIONAL POWER, Cykel, LES MILLS BODYATTACK, GRIT och SPRINT. Brinner för mentala vinster i och med träning.



HIIT EXPLOSION

KAROLINA KRIGSMAN

Som erfaren musikalartist är kombinationen musik, rörelse och energi en viktig del av Karolinas liv. Hon är en del av utbildningsteamet och älskar att få inspirera, utveckla och utmana människor till sin fulla potential. Att passionen för gruppträning är stor gör att hon har hållit på i över 25 år och kör flera olika klasser inom Nordic Wellness egna koncept.



ULRICA MODÉN

BODYCOMBAT & HIIT EXPLOSION

Ulrica Modén heter jag som är instruktör på en av Jönköpingsklubbarna. Som instruktör får jag äran att möta och inspirera människor i olika åldrar, så härligt och berikande. Jag får energi av alla härliga medlemmar som jag under åren har fått möta och träna med. Jag älskar att lära mig nya saker, vilket har inneburit en hel del utbildningar inom både LES MILLS och Nordic Wellness egna koncept. Under mina drygt snart 20 år som instruktör är ändå några av mina favoritpass BODYCOMBAT och HIIT som jag har fått äran att vara med och köra på Strong Together. Jag ser fram emot att skapa träningsmagi med massa energi och glädje tillsammans med er under Strong Together. Hoppas vi ses!

STRONG 2024 TOGETHER

POWERED BY NORDICWELLNESS



EMILIA LÖF KARLSSON

TECHNO YOGA MED NAMASTE BY EMILIA

Förra året gjorde hon succé med sitt koncept Silent Yoga Sweden här i Göteborg. I år är hon tillbaka med konceptet Techno Yoga - ett helt fantastiskt, galet, kul och underhållande sätt att röra på kroppen. Med klassiska rörelser som alla känner igen och kan vara med på oavsett tidigare erfarenhet från yoga, tar Emilia med oss in i Technos magiska värld. Förbered er på ett pass du sent kommer att glömma. På plats delas det ut glowing sticks och face paint för dem som vill för att sedan dras med i den mystiska och mytomspunna Techno Yoga-världen! Givetvis avslutar vi med en stund total avkoppling till tonerna av Emilias röst. Det här vill du inte missa!



KRISTIN KASPERSEN

SOMA MOVE®

Soma Move® är idealisk för alla som gillar en smidig och utmanande träning. Arbeta med din kropp som vikt och golvet som ditt redskap för att utföra starka rörelser i harmoni med din andning och musiken. Regelbunden träning av Soma Move® kommer att göra dig fysiskt och mentalt starkare, smidigare, mer rörlig och förbättra din uthållighet.



MATHIAS SUNDQVIST

DANCE INTERVAL

Mathias brinner för gruppträning och ansvarar för Nordic Wellness Utbildningsteam. Förutom att driva gruppträningen framåt arbetar han ständigt med att utbilda och utveckla instruktörer och sitt team på Nordic Wellness. Med sitt brinnande intresse för gruppträning och 33 års erfarenhet som gruppträninginstruktör inspirerar han såväl instruktörer som medlemmar. Mathias härliga energi och glädje för dans och träning smittar av sig och fyller gruppträningssalarna vecka efter vecka.



PER MARKUSSEN

P - STEP

Per is one of the World's top International Fitness Presenters and have toured the Globe for over 20 years. As a professional fitness presenter Per has developed a unique way of teaching and combines this with his everlasting enthusiasm, creativity and joy. His main influence is the Scandinavian methodology, which he has modified and developed to his own special system with huge success all over the World.



THERESE POPRISTOV

FRED'S BOOTCAMP

Gruppträninginstruktör, presentatör och utbildare för Nordic Wellness. Älskar högintensiv och fartfylld träning som utmanar gränserna. Tycker att det är en ynnest att få vara en del av andra människors utveckling och se dem lyckas i förhållande till sig själva.

STRONG 2024 TOGETHER

POWERED BY NORDICWELLNESS



MAJA JOSEFSSON

FRED'S BOOTCAMP

Utbildare, platschef, instruktör, personlig tränare och ansvarig för HLR. Arbetat för Nordic Wellness "sedan Jesus gick i kortbyxor" som många säger. Vilken del är bäst? Att utbilda, att få inspirera personer till det koncept de brinner för. Att vara en del av att se dem utvecklas och sedan bli instruktörer är härligt. Att föreläsa och utveckla människor i hur kroppen fungerar och vad vi kan göra för att förstå den bättre. Vad jag gillar? Att vara lösningsorienterad. Allt går bara man vågar testa om och om igen. Våldigt svag för Pepsi Max. Vad jag gillar utanför gymmet? Äventyr, små som stora.



MICHEL JOVIKEN

BODYCOMBAT

Jag heter Michel och jag älskar att ge allt! Under 10 år på Nordic Wellness så har de bästa stunderna varit de minuter på passen där jag och deltagarna tillsammans ger max och gör vårt absolut bästa. Drivet kommer ifrån att man ständigt utvecklas; med bättre teknik kommer större resultat. Sen så är det riktigt nice med 1 timmas party mitt i veckan!



LOUISE SCHÜTT MAURITZON

BOOTYMOVE

Louise imponerade stort i Nordic Wellness instruktörstävling NW SENSATION 2024. Med sin otroliga karisma och energi levererade hon en gruppträningsklass i världsklass. Nu tar hon plats på scenen på Strong Together och kommer att inspirera och leverera träningsglädje i Nordic Wellness egna koncept BOOTY MOVE som ligger henne varmt om hjärtat!



JORDAN FARRELL

FRED'S BOOTCAMP

Jag har jobbat som PT och instruktör i 13 år och hållit i en stor variation av koncept som täcker allt från styrketräning till kondition, ofta med en mix av båda delarna. Mina nuvarande koncept är CrossCage, CrossChallenge, Fight, HIIT & LES MILLS Conquer. Jag är även en del av utbildningsteamet och håller utbildningar för Cage/Challenge, Fight & HIIT.

STRONG 2024 TOGETHER

POWERED BY NORDICWELLNESS



CAROLINA ZUFFA

FRED'S BOOTCAMP

Från 2015 blev Carolina utbildare och fitness presenter för vattengympa instruktörer i Italien och runt om i världen: USA, Holland, Finland, Portugal, Spanien och Frankrike. Just nu är hon instruktör i LES MILLS Barre, LES MILLS BODYCOMBAT, LES MILLS BODYPUMP, LES MILLS BODYBALANCE och sin favorit: Crosscage! Hon är med i Nordic Wellness utbildningsteam som utbildare i Crosscage/Crosschallenge och Junior Gympa.



MIKAELA NORRMAN

NW SENSATION 2024 - ZUMBA FITNESS

Mikaela Norrman är årets segrare i Nordic Wellness stora instruktörstävling NW SENSATION 2024. Hon vann hela finalen i Stockholm och med sin underbara energi och träningsglädje kommer hon att rocka scenen på Strong Together så att hela taket lyfter.



LENITA GUSTAFSSON

FLEXIBILITY FLOW

Lenita Gustafsson är yogalärare med över 1000 timmar utbildning och varit verksam i över 10 år inom yogan. Lenita är en del av NW's utbildningsteam, hon har varit en del av koncernen i över 12 år. Idag håller hon klasser, event, utbildningar och resor runt om i Sverige och Europa. Men i Nordic Wellness hotyogasal i Alingsås är ändå där hon trivs bäst.



MATHILDA FORSBY

FLEXIBILITY FLOW

Efter många år inom idrott föll Mathilda för gruppträningens teamkänsla, dynamik och energi. Har senaste 10 åren fått äran att instruera både i Sverige och runt om i världen samt vara en del av Nordic Wellness utbildningsteam. Men det är i b-salen på Nordic Wellness Domkyrkan som hon trivs som allra bäst.