



**Gabriele Poste** („Ele“)

Badminton spiele ich seit: *1979, Einzel und Mixed*

Was du sonst noch über mich wissen solltest:

*Ich bin seit 1999 nicht mehr im Verein bzw. einer Mannschaft aktiv.*

*Spiele noch ab und an mit meinem Mann oder Sohn, am liebsten draußen.*

*Da ich 1986 einen Kreuzbandriss hatte, der nicht besonders gut behandelt wurde, habe ich irreparable Schäden im Knie. Um weiter Sporttreiben zu können, habe mich im Bereich Fitness/Prävention & Rehabilitation spezialisiert.*

*Seit 2013 versuche ich als Referentin für „Bewegt ÄLTER werden“ und „Bewegt GESUND bleiben“ Badminton gesundheits- und Breitensportorientiert zu etablieren. Inzwischen habe ich mehrere Ausbildungskonzepte erstellt. U.a. den Senior Coach, Fitminton und Badminton Aerobic (in Deutschland einzigartig) und den B-Trainer Breitensport.*

*Ich liebe es außerdem mit Menschen ko-kreativ zu arbeiten. Mein Steckenpferd ist es innovative Projekte anzustoßen.*