

Gesamte VITA

Thomas Pfisterer

Premium Personal Trainer • Gesundheitscoach • Yogalehrer

Thomas Pfisterer ist aus Leidenschaft Trainer und begleitet seit vielen Jahren Menschen dabei, stärker, gesünder und ausgeglichener zu werden.

Als **geprüfter Premium Personal Trainer** verbindet er Training, Körpertherapie, Regeneration und Ernährung zu einem **individuellen, klar strukturierten Konzept** – abgestimmt auf Ziele, Alltag und Leistungsniveau. Mit seinem Team betreut er Klientinnen und Klienten an **fünf Standorten im Raum Stuttgart**.

Qualifikationen & Fachkompetenzen

- Bachelor Prävention & Gesundheitsmanagement (IST Hochschule Düsseldorf)
- Master Gesundheitsmanagement
- Fitnesstrainer B- & A-Lizenz (IST)
- Medizinischer Fitnesstrainer (IST)
- EMS-Trainer (Elly-B)
- Ernährungsberater (BSA)
- **Spezialisierungen:**
 - Trainingsplanung & Leistungsdiagnostik
 - Regeneration & Stressmanagement
 - Prävention & Therapie bei muskulären Dysbalancen
 - Coaching für nachhaltige Lebensstilveränderung
- **Premium Personal Trainer**
(Auszeichnung für überdurchschnittliche Qualität, Erfahrung und individuelle Betreuung auf höchstem Niveau)



Soziales Engagement: Friends of EXTREK AFRICA

Seit seiner Kilimandscharo-Besteigung 2023 mit seinem Sohn Leon unterstützt Thomas das soziale Projekt EXTREK AFRICA in Tansania.

Die Organisation **schafft Bildungschancen, Arbeitsplätze und langfristige Perspektiven für Familien rund um den Kilimandscharo** – von Schulbau über Farmprojekte bis zur Ausbildung von Waisenkindern.

Thomas ist Teil des Förderkreises und engagiert sich aktiv dafür, dass **Hilfe zur Selbsthilfe direkt bei den Menschen vor Ort ankommt**.

[Zurück zur Webseite](#)