

Helga Radtke



Personal Trainer  
im ARKONA SPA

HOTEL  NEPTUN  
— WARNEMÜNDE —  
SEHNSUCHT NACH MEER

  
ARKONA

# Helga Radtke

## Größte Erfolge

1979	Gold	Weitsprung	J-EM
1983	Silber	Weitsprung	H-EM
1985	Gold	Weitsprung	H-WS
1986	Silber	Weitsprung	H-EM
	Bronze	Weitsprung	EM
1987	Silber	Weitsprung	H-WM
	4. Platz	Weitsprung	WM
1989	Silber	Weitsprung	EC
1990	Bronze	Weitsprung	H-EM
	Silber	Dreisprung	H-EM
	Bronze	Weitsprung	EM
1992	Bronze	Dreisprung	H-EM
1992	Teilnahme	Olympische Spiele	
1993	Silber	Dreisprung	EC
1994	Gold	Dreisprung	EC

Seit 1994 deutsche Rekordhalterin im  
Dreisprung (14,46 m)

Bestleistung Weitsprung: 7,21 m

Helga Radtke, geb. 16.05.1962

Diplom-Sportlehrerin, Trainerin mit  
B-Lizenz, Übungsleiterin, Sport in der  
Prävention (Profil Koronarsport) und  
Rehabilitation, Tai Chi-Lehrerin, Wellness  
Hotel-Trainerin, seit dem 1.12.2002  
im ARKONA SPA tätig.

**Schwerpunkte:** Personal Training, Tai Chi,  
Pilates, Walken, Wellnessmassage, Ernährungs-  
beratung, Rückenschule, Aqua-Fitness,  
Entspannungstechniken (PMR, AT)

ARKONA SPA im Hotel NEPTUN  
Seestraße 19 · 18119 Warnemünde  
Telefon: 0381 - 777 401