



Berufserfahrung
seit 10/2016

Personal Trainer & Coach

09/2015 – heute

Fitnesstrainer & Bereichsleiter | **Pluspunkt Therapie & Training**

- Rehatraining
- Athletiktraining
- Personal Training
- Beratungsgespräche und Probetraining.
- Betreuung der Trainingskunden im Milonzirkel.
- Mitgliederverwaltung und kaufmännische Aufgaben hinsichtlich der Fitnessabteilung.
- Planung und Vorbereitung von Sonderaktionen.
- Gelegentlich Seminare und Vorträge zu bestimmten Themen.

02/2007 – 08/2015

Kaufmännischer Angestellter im Einkauf | **Paul & Co.**

- Mitverantwortlich für den Aufbau des betriebsinternen Ausbildungsmanagements.

Seminare im Rahmen meiner berufl. Tätigkeit als Industriekaufmann:

- Stressmanagement, Kommunikation, Gesprächsführung, Zielmanagement.
- AdA-Schein.

09/2004 – 02/2007
09/2002 – 06/2004

Lehre zum Industriekaufmann | **Paul & Co.**
Fachoberschule Bad Neustadt an der Saale

Meine größte Leidenschaft ist der Fußball. Egal, ob auf dem Platz oder als Zuschauer auf der Tribüne. Deshalb war es naheliegend, dass ich meine „Trainerkarriere“ mit der Fußball C-Lizenz begann. Hier war ich im Jugendbereich tätig und betreute über mehrere Jahre die U15 und U17 des SV Wildflecken.

Später fand ich zudem Gefallen am Kraftsport und begann mich verstärkt in diesem Bereich fortzubilden. Nach unzähligen Seminaren und Fortbildungen bei internationalen Top-Trainern möchte ich nun dieses Wissen nutzen, um mit Dir deine Ziele zu erreichen.

Aus- & Weiterbildung | Sport, Ernährung & Kinesiologie.

Sport.

- **Fußballtrainer C-Lizenz**
- **Training for Warriors Instructor Level 1&2 (Martin Ronney)**
- **Fitnesstrainer B-Lizenz (Deutsche Trainer Akademie)**
- **Personal Trainer (Deutsche Trainer Akademie)**
- **Fachtrainer medizinische Prävention A-Lizenz (Deutsche Trainer Akademie)**
- **Fachtrainer medizinische Rehabilitation A-Lizenz (Deutsche Trainer Akademie)**
- **Athletik-Coach (Deutsche Trainer Akademie)**
- **YPSI A-Lizenz (und alle anderen Seminare im YPSI)**
- **Neurotyping (Christian Thibaudeau)**
- **Hypertrophie Seminar (Christian Thibaudeau)**
- **Movement Optimization (Christian Thibaudeau)**
- **PICP Level 1 (Poliquin Group)**
- **PICP Level 2 (Poliquin Group)**

Ernährung.

- **Andreas Scholz Figurmacher alle Module**
- **Gluten & Autoimmune Praticioner (Dr. O`Bryan)**
- **You can fix your brain Masterclass (Dr. O`Bryan)**
- **Bioprint Hautfaltenanalyse (Charles Poliquin)**
- **Human Alphabet (Bob Guiel)**
- **Detox Program (Dr. Walsh)**

Kinesiologie.

- **Touch for Health Level 1-4 (IKA Frankfurt)**
- **Brain Gym Level 1-3 (IKA Frankfurt)**
- **Kinesiologisches Taping (IKA Frankfurt)**
- **Sportkinesiologie nach Dr.med. Klingelhöffer (IKA Frankfurt)**