*Jona Muster*

Anschrift: Musterweg 77, 12130 Stadt

Geboren: 01.01.1990 in Musterhausen

Tel.: +49 176 6934443

Email: jona.muster@gmail.com

*Praktische Erfahrung*

seit 09/2018 Fitnesstrainer

Selection Fitness GmbH (Dresden, DE)

* Erstellung von kundenindividuellen Trainingskonzepten
* Unterstützung bei Dreharbeiten für den hauseigenen YouTube-Channel
* Rekrutierung von neuen Trainern
* Regelmäßige Recherche der aktuellen Trends im Fitnessbereich
* Inhaltliche Kontrolle des Newsletters

08/2016 - 09/2018 Fitnesstrainer

World of Fitness (Dresden, DE)

* Assistenz bei der Erstellung von Trainingskonzepten
* Unterstützung bei den Dreharbeiten für den zweisprachigen Online-Bereich
* Betreuung der Trainer während der ersten Mitgliedswochen
* Entwicklung von Kochrezepten für den Instagram-Account
* Unterstützung bei der regelmäßigen Trendrecherche

10/2013 - 08/2016 Praktikum im Bereich Fitness

McFit (Dresden, DE)

* Unterstützung bei der Auswertung von Trainingskonzepten
* Inhaltliche Kontrolle der Blogartikel
* Unterstützung bei der Leitung von Fitnesskursen
* Nachbereitung von Trainingsvideos

09/2012 - 09/2013 Werkstudent im Bereich Fitness

12/h pro Woche bei Encore Fitness (Dresden, DE)

* Assistenz bei der Betreuung der Mitglieder auf der Trainingsfläche
* Unterstützung des Video-Teams
* Rekrutierung von neuen Mitgliedern

11/2011 - 12/2011 Schülerpraktikum Bereich Fitness

Drei Wochen bei Fitness Bodypunk (Dresden, DE)

* Unterstützung bei der Erstellung von Trainingskonzepten
* Empfang der Mitglieder an der Rezeption
* Kontrolle der Trainingsflächen

*Bildungsweg*

10/2013 - 08/2015 Bachelor of Science im Bereich Sportwissenschaften

Universität Dresden Mitte (Dresden, DE)

* Abschlussnote (1,8)

09/2007 - 06/2013 Abitur

Goethe-Gesamtschule (Dresden, DE)

* Prüfungsfächer: Mathematik, Biologie, Sport, Englisch
* Abschlussnote (1,9)

*Weiterbildung*

02/2018 Seminar im Bereich Fitness im Internet

Hoeke Akademie (Dresden, DE)

04/2017 - 08/2017 Fitnesstrainer B-Lizenz

Akademie für Sport und Gesundheit (Online-Kurs)

* Umfang: 12 Wochen mit je 5 Wochenstunden
* Schwerpunkte: sensomotorisches Training, biomechanische Grundlagen, Pädagogik

*Kenntnisse*

Sprachen: Deutsch - Muttersprache

Englisch - fließend in Wort und Schrift

Software: MS Powerpoint, MS Word, MS Excel - sehr gut

GloFox - ausgezeichnet

BSport - gut

Eversports Manager - sehr gut

Sonstige: Führerscheinklasse B

Fitnesstrainer B-Lizenz

*Interessen*

Bodybuilding

Bungee-Jumping

Reisen, vorzugsweise nach Nordamerika