

# LEBENS LAUF

## ZUR PERSON

Name:

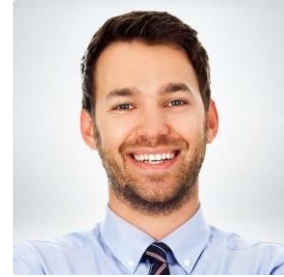
Anschrift:

Geburtsdatum-/ort:

**Jona Muster**

Musterweg 77, 12130 Stadt

01.01.1990 in Musterhausen



## BERUFSPRAXIS

seit 09/2018

### **Sport- und Fitnesskaufmann**

Hain Fitness und Wellness GmbH (Dortmund, DE)

- Kursleitung im Bereich Yoga und Full-Body-Workout
- Einweisung in Sportgeräte
- Durchführung von Personal Trainings und Ernährungsberatung
- Terminplanung und -koordination
- Betreuung des Sauna- und Wellnessbereichs

08/2016 – 09/2018

### **Sport- und Fitnesskaufmann**

Active Pro GmbH (Dortmund, DE)

- Betreuung von Mitgliedern und Kunden
- Erstellung individueller Trainings- und Ernährungspläne
- Durchführung von Personal Trainings
- Mitgliederverwaltung und Terminplanung
- Verkauf von Zusatzprodukten und Dienstleistungen

10/2013 – 08/2016

### **Duales Studium als Sport- und Fitnesskaufmann**

Active Pro GmbH (Dortmund, DE)

- Mitgliederbetreuung in Fitness- und Ernährungsfragen
- Assistenz bei Personal Trainings
- Erstellung von Trainingsplänen
- Mitarbeit bei der Neukundengewinnung
- Administrative Tätigkeiten

09/2012 – 09/2013

### **Nebenjob im Bereich Fitness**

12/h pro Woche fitness first GmbH (Dortmund, DE)

- Einweisung in die Sportgeräte
- Check-in und Check-out der Mitglieder
- Demonstration von Sportübungen

11/2011 – 12/2011

### **Schülerpraktikum im Fitness/ Sport/ Gesundheit**

Drei Wochen bei Lau Fitness Lounge (Dortmund, DE)

- Assistenz bei Sport- und Fitnessübungen
- Hilfe bei der Terminplanung und -koordination
- Erlernen von Muskelaufbautraining

## **BILDUNGSWEG**

10/2013 – 08/2016

### **Bachelor of Arts Fitnessökonomie**

Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (Dortmund, DE)

- Vertiefung: Trainingswissenschaft
- Praxisbezogene Abschlussarbeit: "Funktionales Training in der Fitnessbranche" (Note 1,8)

09/2007 – 06/2013

### **Abitur**

Helmholtz-Gymnasium (Dortmund, DE)

- Prüfungsfächer: Deutsch, Sport
- Abschlussnote (2,0)

## **WEITERBILDUNG**

02/2018

### **Seminar zum Thema Kommunikation**

kraft-akademie GmbH (Dortmund, DE)

04/2017 – 08/2017

### **Erährungsberatung für Sportler/ -innen**

Fernakademie für Erwachsenenbildung (Online-Kurs)

- Umfang: 24 Wochen mit je 6 Wochenstunden
- Schwerpunkte: Ernährungsstrategien, Makro- und Mikronährstoffe, Leistungsphysiologie

## **KENNTNISSE**

Sprachen:

Deutsch – Muttersprache

Englisch – fließend in Wort und Schrift

Software:

MS Powerpoint, MS Word, MS Excel – sehr gut

Aidoo Software – ausgezeichnet

M.A.C. Centercom – gut

PraxPlan – sehr gut

Sonstige:

Führerscheinklasse B

## **INTERESSEN**

Fußball (6 Jahre im Verein als Mittelfeldspieler)