
TILMAN BÄR

☎ +49 176 63188878

✉ tilman.baer.coach@gmail.com

📍 Millstätter Straße 54, 9541 Äußere Einöde

Motivierter Fitnesstrainer mit Qualifikationen im Bereich Fitness, Ernährungscoaching und Laufcoaching. Leidenschaft für Gesundheit, Bewegung und die individuelle Betreuung von Menschen. Stärken in Motivation, Kommunikation und kundenorientierter Begleitung.

Berufserfahrung

Selbständiger Mediengestalter

Juli 2008 – Dezember 2024 in Großostheim, Deutschland

- Betreuung und Beratung von Kunden aus unterschiedlichen Branchen
 - Aufbau langfristiger Kundenbeziehungen
 - Eigenverantwortliche Organisation und Durchführung von Projekten
 - Starke Kommunikations-, Organisations- und Problemlösungskompetenz
-



Qualifikationen

- Fitnesstrainer B-Lizenz
 - Ernährungscoach
 - Lauftrainer
-

Sprachen

- Deutsch: Muttersprache
 - Englisch: Fließend
 - Spanisch: Grundkenntnisse
-

Kernkompetenzen

- Trainingsplanung und Trainingsbetreuung
- Kraft- und Ausdauertraining
- Laufcoaching
- Ernährungsberatung
- Kundenbetreuung und Motivation
- Kommunikation und Serviceorientierung

Interessen

- Fitness und Gesundheit
- Laufen und Outdoor-Sport
- Reisen



AKADEMIE

für Sport und Gesundheit

Hiermit wird bestätigt, dass

TILMAN BÄR

die Ausbildung

Fitness Trainer B-Lizenz

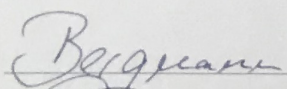
am

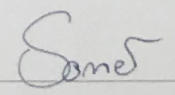
20. Oktober 2019

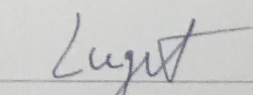
erfolgreich absolviert hat.

Die Ausbildung umfasste 64 Unterrichtseinheiten
und entspricht dem Qualifikationslevel 3.




Dr. Julian Bergmann
Inhaber


Alexander Sonner
Leitung


Dr. Isgard Lugert
Stellvertretende Leitung

ZERTIFIKAT



ZERTIFIKAT

IHK BILDUNGSZENTRUM FRANKFURT AM MAIN

Herr Tilman Bär

geboren am 09.11.1984 in Aschaffenburg

hat den vom IHK Bildungszentrum Frankfurt am Main in Kooperation mit der Akademie Gesundes Leben, Stiftung Reformhaus-Fachakademie in der Zeit vom 20.09.2019 bis 13.03.2020 durchgeführten IHK-Zertifikatslehrgang

Ernährungscoach (IHK)

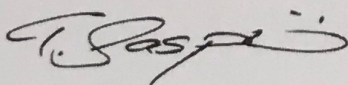
besucht und mit Erfolg an dem lehrgangsinternen Test teilgenommen.
In dem 150 Unterrichtsstunden umfassenden IHK-Zertifikatslehrgang sind Kenntnisse zu folgenden Themen vermittelt worden:

- **Gesunde, typgerechte Ernährung**
- **Kursleiter/in Gewichtsreduktion, 11 Wochen Programm**
- **Power-Food, Fitnessernährung, Einsatz von Vitalstoffen**
- **Coaching von Klienten, Psychologie des Coaching, Praxis**
- **Food-Experte, Lebensmittelqualität**
- **Praktische Ernährungsberatung**
- **Säure-Basen-Gleichgewicht, Kuren und Fastenformen, Diäten**
- **Nutzen von Bewegung und Entspannung, Sinnesschulung**

Frankfurt am Main, 13.03.2020

Industrie- und Handelskammer
Frankfurt am Main
Aus- und Weiterbildung

i. A.



Timo Gasparini
Leiter IHK Bildungszentrum



Industrie- und Handelskammer
Frankfurt am Main





ZERTIFIKAT

Hiermit wird bestätigt, dass

TILMAN BÄR

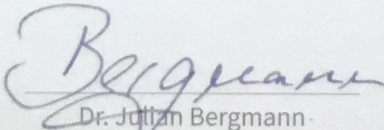
die Ausbildung

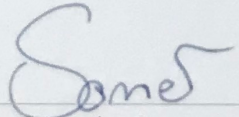
LAUFTRAINER

erfolgreich absolviert hat.

Die Ausbildung umfasste 16 Unterrichtseinheiten
und entspricht dem Qualifikationslevel 2.

1. NOVEMBER 2020


Dr. Julian Bergmann
Gründer / Founder


Alexander Sonner
Geschäftsführer / CEO