

## CV

### Formel uddannelse:

Bsc. Idræt – Aalborg universitet – 2015

### Kurser:

- 2022 – Overspisningsmodul ved Morten Elsøe & Anne Gaardmand
- 2022 - VaneCoach ved Morten Elsøe & Anne Gaardmand
- 2021 - Stress less and poop better. Om stress og mave - tarmsundhed.
- 2020 - Moderne smertevidenskab ved Simon Kirkegaard
- 2020 - Developing Explosive Strength Using Plyometrics
- 2020 – Succes med programmering ved Casper Jespersen
- 2020 – Applied Biosignature Transformations ved Poliquin
- 2016 – Sundheds - og vægttabscoach
- 2015 – Masterclass i de 3 store løft: Dødløft, bænkpres og squat v. Jacob Beerman
- 2012 - 2015 Aalborg Universitet - Bachelor of sports science - Idræt

### Erhvervserfaring

**2022 feb. – nu Personlig træner Thorøs Gym**

**2021 aug. – dec. Personlig træner Return Gym**

**2017 jan. – nu. Økonomimedarbejder i KAB**

**2016 jan. – 2016 okt. Receptionist og instruktør - Form&Fitness**

**2013 sep. – 2015 jun. Gymnastiktræner AIG – Aalborg idrætsgymnastik**

**2010 aug. -2011 mar. Værnepligtig i livgarden – Forsvaret**