

# CV

---



Navn: Martin Borregaard

## Formel Uddannelse

Bsc. Idræt – Aalborg universitet – 2015

## Kurser/Certificeringer/Uddannelser

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 væggtabscoach

2015 – Masterclass i de 3 store løft: Dødløft, bænkpres og squat v. Jacob Beerman

2012 - 2015 Aalborg Universitet - Bachelor of sports science - Idræt

Eleiko Functional Trainer Level 1

Handstand workshop Yuval Ayalon

## 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

THORØS GYM