



Jeanie K. Bäder

- ▶ **Professional Personal Trainerin**
- ▶ **Neuro Resonanz Master Coach**
- ▶ **Gründerin von JB-Personal Body & Mind**
- ▶ **Sport- und Fitnesskauffrau**
- ▶ **Internationale Aufträge im Bereich Fitness**
- ▶ **Erfahrung im Einzel- & Gruppencoaching, Seminare**
- ▶ **Keynote Speakerin**

Ich habe mein Hobby zum Beruf / zur Berufung gemacht!

Seit ich als Kind gerade laufen konnte, habe ich mich bereits für **Sport und Bewegung** begeistert. Hier habe ich im Laufe der Zeit auch fast alles ausprobiert, wie zum Beispiel verschiedene Teamsportarten (Fußball / Handball) sowie auch Kampfsport (Karate / Jui Juitsu), Klettern und Reiten.

Mit neun Jahren fand ich dann mit Leistung-Sportakrobatik mein persönliches Steckenpferd. Relativ schnell konnte ich hier an verschiedenen regionalen und überregionalen Meisterschaften und Wettkämpfen erfolgreich teilnehmen.

Mein persönlicher Wertegang (Stationen und Qualifikationen):

2013 wurde ich durch mein familiäres Umfeld bereits im zarten Alter von 14 Jahren zu meinem ersten Seminar für **Persönlichkeitsentwicklung** motiviert und haben dort sofort bemerkt, wie wichtig es ist, dass Körper und Geist im Einklang sind.

2016 begann ich dann meine dreijährige Ausbildung zur **Sport- & Fitnesskauffrau (IHK)**. Da ich mich sehr schnell in diesen tollen Beruf einlebte, absolvierte ich in meiner Ausbildungszeit direkt die meisten Zusatzausbildungen, die ich für meinen weiteren beruflichen Lebensweg benötigte.

2019 zertifizierte ich mich zur **Professional Personal Trainerin** und wurde Teil eines großen Trainerverbands der in Deutschland, Schweiz und Mallorca vertreten ist.

Gleichzeitig gründete ich **JB-Personal Body & Mind** und machte mich in der Fitness- & Ernährungsbranche selbstständig.

2020 bekam ich die Chance, mich auch im Bereich Leistungs- und Emotionscoaching weiter zu entwickeln um zum Beispiel spezifische Wettkampfvorbereitung zu unterstützen.

2021 ging ich in die direkte Umsetzung, u. a. in der Rennsport Branche. Hier unterstütze ich seither Autorennfahrer sowohl körperlich als auch mental ihre beste Performance abzuliefern. Ein weiterer Bereich dieser zusätzlichen Qualifikation ist, das klassische Personaltraining - mit Hilfe mentaler Trainings und Ansätze - laufend zu optimieren.

Die Zertifikation als Kinder- und Jugendcoach bringt auch in privaten und familiären Bereich zusätzliche Möglichkeiten für meine Coachees.

2022 absolvierte ich eine Ausbildung zum **Neuro Resonanz Master-Coach** und bin seitdem die jüngste NLP Master-Coach(in) und ausgebildete Personaltrainerin in Süddeutschland.

Zusätzlich sammelte ich als Fitness-Trainerin auf dem Kreuzfahrtschiff (AIDA) über mehrere Monate eine neue Erfahrung im Ausland. Ende 2022 veranstaltete ich zwei Fitness-Retreats (Allgäu / Tirol) mit jeweils ca. 10 Teilnehmer.

2023 begann ich mit meiner **Ganztages-Seminarreihe** „Easy zum Ziel“. Hierbei geht es u. a. darum Menschen Zielorientierung und Motivation näher zu bringen.

- **Mein Ziel ist es, Menschen in ein gesünderes, vitaleres und längeres Leben zu begleiten, indem ich sie bei ihrer körperlichen und mentalen Fitness unterstütze.**
- **Hierzu gehört natürlich auch ein klares Bewusstsein, ein positives Mindset und eine gesunde und ausgewogene Ernährung.**