



## GERHARD SCHIEMER SPORTWISSENSCHAFTLICHE BERATUNG

Ich bin Einzelunternehmer und biete im Rahmen der sportwissenschaftlichen Beratung folgendes an:

- Ausdauerleistungsdiagnostik (hauptsächlich Feldtestungen)
- Trainingsplanung, Beratung (im Spitzensport und Breitensport)
- Kraftrainingseinheiten für Ausdauersportlerinnen
- Trainingslager im Bereich Traillaufen und Swimrun
- Ernährungsberatung und Periodisierung im Ausdauersport

Selbst bin ich sportlich sehr aktiv (Traillaufen und Swimrun) und seit Jahren im Ultratrail Nationalteam.

Für ca. 10 Stunden in der Woche würde ich jemanden für die wöchentliche Ausdauertrainingsplanung aufnehmen und mein Wissen teilen. Sehr flexible und das meiste von zu Hause aus! Wenn geht aus dem Bezirk Baden oder südliches Wien. Ev. auch Stunden oder Leistungsdiagnostiken, je nach Interesse.

Freue mich auf eure Bewerbungen unter

[info@gerhardschiemer.at](mailto:info@gerhardschiemer.at)

oder auch telefonisch

069911648517

Weitere Infos unter [www.gerhardschiemer.at](http://www.gerhardschiemer.at)

**GERHARD SCHIEMER**  
*Das Leben spielt sich draußen ab!*