



KATRIN BÖNING

ENTWICKELT
GESUNDHEITSRESSOURCEN

ÜBER MICH

Ich will Verhalten LANGFRISTIG ändern! Als Trainer den nötigen fachlichen Inhalt liefern und als Coach mit Menschenkenntnis, Persönlichkeitsentwicklung, Kommunikation und Verhaltenspsychologie DEN Unterschied machen!

TOPICS

ZU DIESEN THEMEN REFERIERE ICH REGELMÄSSIG UND VOLLER LEIDENSCHAFT

Lifestyle Makeover: Insulinresistenz bewältigen
Silent inflammation: Die Welt stiller Entzündungen erkunden
Fueling Your Microbiome: The Power of Good Nutrition
Smart Supplementation: Nahrungsergänzung aber sinnvoll!
Blue Zones Nutrition: Gesund 100 werden!

KONTAKT

+49 (0)89 20571122
+49 (0)172 8913278
k.boening@bodyconcept.org

2 VON 20 WEGPUNKTEN

LMU München
2006-2012 | Humanmedizin

DHfPG
2003-2006 | BSc Fitnessökonomie (BA)
[Klicke Hier um mich besser kennenzulernen](#)

HERZENSANGELEGENHEITEN

- 2017
Co-Entwicklung der verschreibungspflichtigen App "Triangle" gegen Gestationsdiabetes mit der Diabetes Research-Group der LMU München
 - Leitung: Prof. Dr. Lechner
 - Konzeptionierung von "Bite-sized" kumulativem Wissensaufbau
 - Ernährungsbeirat
- 2019-HEUTE
Betriebliches Gesundheitsmanagement für "LV1871 München"
 - 1:1 Ernährungsberatungen für die MA
 - Vorträge
 - Workshops
- 2014-HEUTE
Dozent "Perform Better Institute" und BODE -SCHULE
 - Konzept & Unterricht "Ernährungs-B-Lizenz"
 - Lehrplan & Unterricht an der staatlichen "BODE-Schule" im Zusammenschluss der TU München