Christian Frank

"Mehr Energie und Lebensqualität durch die Erfahrung vom Ernährungsfachmann statt durch Wundermittel"

Nach neun Jahren als verantwortlicher Mitarbeiter im Betreuerteam der Bundesligamannschaft des FC Schalke 04, hat er sich entschlossen als selbständiger Ernährungsberater im professionellen Fußball tätig zu sein. Profitieren Sie von seiner Erfahrung aus nunmehr 13 Jahren Sporternährung, Betreuung und Ernährungsmanagement.
Die Leistungen von **Diplom Oecotrophologe** Christian Frank reichen von Vorträgen und Schulungen, Verein – und Einzelbetreuungen von Sportlern bis hin zu Veranstaltungen mit Kocheventcharakter.
Durch seine Erfahrung in der praktischen Umsetzung von Ernährungsmodellen und Konzepten bei Schalke 04 und dem täglichen Umgang mit der Ernährungsindustrie hat er einige interessante Vorträge erarbeiten können. Diese eignen sich sowohl für die Wirtschaft als auch für Verbände, Vereine oder kleinere interessierte Gruppen. Gerne bietet er auch zusätzliche Ernährungsschulungen und Praxis Seminare an. Außerdem arbeitet er mit einem deutschen Spitzenkoch zusammen, mit dem er auch spezielle Event-Projekte entwickelt hat.

Vita
02.10.1968 geboren in Rotenburg/F; verheiratet mit Fidan Frank, geb. Celik, zwei Kinder, Seraphina (8) und Noel (4)

Christian Frank

Ausbildung
1985 – 1988 Ausbildung zum Fleischergesellen bei der Firma Herzberg in Unterhaun
1988 – 1990 Fleischer im elterlichen Betrieb in Rotenburg/F
1990 – 1991 Erwerb der Fachoberschulreife an der Obersbergschule in Bad Hersfeld
Schwerpunkt: Ernährung
1992 – 1999 Studium zum Diplom – Oecotrophologen an der Fachhochschule Niederrhein in Mönchengladbach

Anstellungen
2000 – 2009 Betreuung und Beratung des Fußball- Erstligisten FC Schalke 04

Selbstständige Tätigkeit
1996 Betreuung von Hochleistungs- und Profisportlern
1998 Ernährungsberatung und Kochkurse für Einzelpersonen und Gruppen
1998 Beratung und Betreuung des Eco – Challenge Teams Adventure Spirit in der Vorbereitung und während des Wettkampfes in Marokko
1998 Promotion mit Beratung beim Rhönsprudel – Marathon in Fulda für PowerBar (Eilert Bretting)
1998 Promotion mit Beratung beim ETA – Marathon in Frankfurt für PowerBar
1998 Beratung einer B – Kader Skilangläuferin aus Klingenthal
1999 Lehrauftrag an den beruflichen Schulen Bad Hersfeld
Technologische Beratung in Fleischereibetrieben
2000 Eventorganisation (German– Quest-Events)
2000 Betreuung und Beratung Damenhandballmannschaft (1 Bundesliga) der SG Hessen Hersfeld
1996 – 2000 Beratung Thomas Sinning (Bundesliga Triathlet, mehrfacher Teilnehmer des Iron Man Hawai)
1997 Beratung und Betreuung Sascha Seib (deutscher Meister im Body Building der Junioren U19)
2009 Ernährungsberatung Marc Kruska (U21 Nationalspieler)
Seit 2009 Beratung und Betreuung Francesco Pianeta (Profi – Schwergewichtsboxers Sauerland Team)

Christian Frank

Themen

•Sporternährung

Gestalten sie Ihren Kongress rund um das Thema Ernährung und Sport?
Greifen sie auf meine jahrelange Erfahrung in der angewandten Sporternährung zurück. Erfolge sind planbar. In meinen Vorträgen zeige ich Kernpunkte eines erfolgreichen Ernährungskonzeptes für Einzel – und Mannschaftssport auf.

•Moderne Ernährungswissenschaft

Fast täglich erreichen uns Meldungen über neue Ernährungswissenschaftliche Erkenntnisse. Doch welche Entdeckung ist für welchen Personenkreis relevant?
Mit Basiswissen neue Erkenntnisse erörtern ist das Thema dieser Vortragsreihe.

•Ernährungs- und Gewichtsmanagement

Neue Diäten und Schlankheitskuren verwirren die Gesundheitsbewussten und Abnehmwilligen gleichermaßen. Hier sind Programme zur individuellen Planung einer gesteuerten Ernährung gefragt. Nur wer die Abläufe seines Körpers kennt, kann sinnvolles vom Nonsens trennen. Ich zeige ihnen worauf man achten muss.

•Allgemeine Ernährungsthemen

In den letzten Jahren haben uns Lebensmittelskandale von einer Hysterie in die nächste gejagt. Oft ist dem Verbraucher nicht klar, ob und wenn ja wie ernst die Lage für ihn ist. Manchmal ist die verursachte Panik völlig unangebracht. Wie es zu Lebensmittelskandalen kommen kann, was der Verbraucher selbst dazu beiträgt und welche Auswirkungen dies auf den Lebensmittelmarkt hat zeige ich im Rahmen dieser Vorträge.

Honorar auf Anfrage