

## LEBENS LAUF RAHEL HEYDEN

Rahel Heynen

11.12.1990

Schweizerin



### Ausbildung

2014-2016

**Master of Science in Sports mit Ausrichtung in Spitzensport**, EHSM Magglingen

2011-2014

**Bachelor of Science in Exercise and Health Science**, Universität Basel

### Arbeitserfahrung

2021 - aktuell

**Trainerin & Therapeutin** | bei personal-training.ch

2021 - aktuell

**Wissenschaftliche Mitarbeiterin Sportphysiologie Bereich Kraft** | BASPO Magglingen

2016 - 2021

**Athletiktrainerin Ski Alpin Frauen** | Swiss-Ski

2014 - 2016

**Stellvertretungen im Schulfach Sport** | diverse Schulstufen und Schulen

2007 - 2014

**Praktikum Athletiktraining Ski Alpin** | Nationales Leistungszentrum Swiss-Ski Brig

2007 - 2014

**Snowboard- und Skilehrerin** | Schneesportschule Bettmeralp

### Aktuelle Kurse, Weiterbildungen

2020 - 2021

CAS Leadership | Fernfachhochschule Schweiz

2019

Seminar: Training und Reha aus sportpsychologischer Sicht | science2practice

2016

Spezialisierung Langhanteltraining Swiss Olympic | EHSM Magglingen

2014

BLS-AED und Brevet Plus Pool

2011

Medical Taping Concept Grundkurs (Kinesiotape)

### Diverses

Sprachen

Deutsch (Muttersprache), Englisch (fließend), Französisch (Grundlagen)

Hobby, Interesse

Schneesport, Surfen, Yoga, Zeit in den Bergen und Natur verbringen, Training und Ernährung