

# Lebenslauf



Name | Holger Helper  
Straße | Bretonische Straße 210  
Wohnort | 33659 Bielefeld  
Telefon | 0172-5292350  
Fax | 0172-5292350  
E-Mail | info@holgerhelper  
Homepage | www.holgerhelper.de  
Geburtsdatum/Ort | 14.04.1972 / Detmold  
Familienstand | Ledig

## Berufliche Laufbahn

---

- |                         |   |
|-------------------------|---|
| 15.08.2020 bis Heute    | <b>Facharbeiter</b><br>Integrationshelfer (Teilzeit-Schulbegleiter) für die Lebenshilfe Lemgo e.V.  |
| 01.07.2008 bis Heute    | <b>Selbständig - Führungsposition</b><br>Inhaber und Geschäftsführer `wellness mobil owl<br>www.wellness-mobil-owl.de   |
| 01.07.2007 – 30.06.2008 | <b>Führungsposition</b><br>Studioleniter für McFit Fitness GmbH in Bielefeld  |
| 01.02.2007 – 30.06.2007 | <b>Führungsposition</b><br>Spa-Manager im Hotel bei Schumann, Restaurant und Spa-Tempel GmbH<br>in Kirschau   |
| 01.03.2006 – 30.01.2007 | <b>Facharbeiter</b><br>Masseur- und Thalassotheapeut im Grand Spa A-Rosa Resort in<br>Travemünde  |
| 01.07.2004 – 05.01.2006 | <b>Facharbeiter</b><br>Fitness- und Wellnessinstructor für A`Rosa Flussschiff GmbH auf der<br>A`Rosa Donna, Riva, Mia, Bella (Donau) und auf der Stella (Rhone) |
| 01.01.2002 – 30.06.2004 | <b>Führungsposition</b><br>Stellv. Geschäftsführer im Atrium-Fitness-Center, Blomberg   |
| 01.11.2000 – 31.11.2001 | <b>Führungsposition</b><br>Führungsposition Fitness-Bereichsleiter im Mayr`s Sport u. Fitness,<br>Bielefeld   |
| 28.03.2000 – 31.10.2000 | <b>Facharbeiter</b><br>Gästepetreuer (Fitnessanimation) für Alltours-Flugreisen,<br>Kos/Griechenland  |

01.03.2000 – 30.03.2000	<b>Führungsposition</b> Führungsposition Reservistenübung 4.Pz Btl.214 in Augustdorf
01.10.1998 – 28.02.2000	<b>Führungsposition</b> Abteilungsleiter für Fitneß und Aerobic im Skylab–Bodyform–Centrum, Detmold
01.07.1997 – 31.09.1998	<b>Facharbeiter</b> Aerobic- u. Fitneßtrainer im Fitneß-Centrum Phönix, Herford
01.10.1996 – 31.06.1997	<b>Schüler</b> Berufsförderungsdienst (Bfd) bei der Bundeswehr
01.10.1992 – 31.09.1996	<b>Führungsposition</b> Zeitsoldat (SaZ 4) als Ausbilder und Panzerkommandant eines Leopard 2 beim 4./ PzBtl 214, Augustdorf/ Lippe.
01.08.1992 – 31.09.1992	<b>Facharbeiter</b> Geselle bei der Baumschule Pieper in Horn- Bad Meinberg.
01.08.1989 – 30.07.1992	<b>Ausbildung</b> zum Zierpflanzengärtner in der Gärtnerei Koch / Töberich in Blomberg

## Weitere Tätigkeiten

---

01.01.1998 – 30.06.2004	<b>Selbständig - Freiberufliche Nebentätigkeit</b> als mobiler Sportmanager, Personaltrainer, Kursleiter, Wellness-Masseur und Fußpfleger in Raum Ostwestfalen-Lippe mobil unterwegs. Freelancer : Fitness Instructor auf dem A-Rosa blu Kreuzfahrtschiff von Juni - August 2003 Freelancer : Fitness Animation für Alltours Flugreisen GmbH in Larnaca/Zypern von Juni - August 2002
01.09.1987 – 30.06.1997	<b>Kinder Karate Trainer</b> Sportstudio Ninja / Impuls in Blomberg
01.01.1992 – 31.09.1996	<b>Jugendwart</b> Im Blomberger-Box-Club e.V.
01.08.1994 – 31.09.1996	<b>Vertrauensperson</b> Im Uffz-Chor des 4./PzBtl 214 bei der Bundeswehr

## Unternehmerische Auszeichnungen

---

November 2011	Service Profi 2011 - Kreis Lippe
---------------	----------------------------------

Dezember 2013	User sagen `Sehr Gut` Webseiten- & Dienstleistungsbeurteilung
Januar 2014	Ausgezeichnet.org `Sehr Gut` Online Auswertung über Kundenmeinung
August 2018	Ehrenurkunde IHK Detmold zu Lippe über 10 Jähriges Firmenjubiläum

## Berufsausbildung

---

Abschluß Januar 2021	Betriebswirt IHK
Abschluß Januar 2001	Fitnessfachwirt IHK
Abschluß April 2003	Sportfachwirt IHK
Abschluß Dezember 2005	Tourismusfachwirt IHK
Abschluß März 2003	Massagetherapeut
Abschluß Januar 2005	Kosmetiker
Abschluß Dezember 1996	Fußpfleger
Abschluß Juli 1992	Zierpflanzengärtner

## Kaufmännische Qualifikationen

---

Abschluß März 2016	Volks- & Betriebswirtschaftslehre IFM
Abschluß Januar 2000	Fitness Club Manager DFAV
Abschluß März 1994	Personalführung & Ausbilderschein BW
Abschluß Januar 2017	Fachkraft für Buchführung IHK
Abschluß April 2017	Fachkraft für Controlling IHK
Abschluß Dezember 2006	Ausbilder-Eignung IHK
Abschluß Mai 1998	Verkaufs- & Telefonmarketing G&P

Abschluß Mai 1998	Rhetorik- & Gesprächsführung VHS
Abschluß März 2005	Power Crossover Salling A-Rosa
Abschluß Mai 2002	PC Kompaktkurs

## BGM & ASS Qualifikationen

---

Abschluß Mai 2011	Fachkraft für betriebliches Gesundheitsmanagement IHK
Abschluß August 1013	Fachkraft für UV Bestrahlung BSA
Abschluß August 2014	Sicherheitsbeauftragter VBG
Abschluß Januar 2021	Hygienebeauftragter DEKRA
Abschluß Juli 2018	Datenschutzbeauftragter TA
Abschluß Januar 2015	Experte für psychologische Belastungen am Arbeitsplatz BSA
Abschluß Dezember 1993	SAN Helfer Bundeswehr

## Wellness Qualifikationen

---

Abschluß Januar 2006	Thalasso Spezialist Thalgo
Abschluß Juni 1998	Orthothese & Orthonyxie Behandlungen
Abschluß Februar 1998	Fußreflexzonen Massage
Abschluß Januar 2006	Hot Stone Massage
Abschluß Juni 2006	Hamam Orientalisches Reinigungsritual
Abschluß August 2006	Pantai Luar Kräuterstempelmassage
Abschluß September 2006	Lomi Lomi Hawanische Massage
Abschluß Januar 2014	Schröpfkopf Massage
Abschluß Februar 2014	Triggerpunktmassage
Abschluß November 2014	Friktionsmassage
Abschluß Oktober 2014	Chiropraktiken - Manuelle Techniken

## Trainer Qualifikationen

---

Abschluß Oktober Juli 1997	Fitnesstrainer DSSV
Abschluß Dezember 2008	Übungsleiter für Rehasport DBS
Abschluß Oktober Juli 1997	Aerobic Trainer IFAA
Abschluß November 1997	Step Aerobic Trainer IFAA
Abschluß Januar 1996	Rückenschul- & Wirbelsäulen Trainer IFAA
Abschluß August 1992	Ernährungstrainer BSA
Abschluß Dezember 1996	Boxtrainer WABV
Abschluß September 1997	Pump Trainer Les Mills
Abschluß Oktober 1997	Spinning Trainer Schwinn
Abschluß Oktober 2000	Thairobic Trainer DSSV
Abschluß April 2001	Sals-A-Erobica Trainer IFAA
Abschluß Juli 2001	Mental Balance Trainer Safs & Beta

## Leistungssport `Kickboxen`

---

Abschluß 2003	3. Dan Kickboxen
Abschluß 1996	2. Dan Kadgamala Karate
Abschluß 1990	1. Dan Kadgamala Karate

## Sportliche Erfolge

---

26.03.1989	Deutscher Junioren Meister im Semikontakt Kickboxen
02.12.1989	Deutscher Junioren Meister im Vollkontakt Kickboxen
20.04.1991	Deutscher Senioren Meister im Vollkontakt Kickboxen
22.05.1995	Deutscher Senioren Meister im Semikontakt Kickboxen
18.10.1998	Deutscher Senioren Meister im Leichtkontakt Kickboxen

## Sportliche Teilnahme

---

01.08.1990 – 30.12.2000	Mitglied Nationalmannschaft IAKSA Germany
01.01.1986 – 31.12.2002	Leistungssport `Kickboxen` > über 150 Amateur Kämpfe auf zahlreiche nationale & Internationale Wettkämpfe
22. – 23. 09.1990	Europameisterschaft in Birmingham
24.10.1990	Kickbox Gala in Marne
29.06.1991	Europapokal in Kassel
20.04.1991	Kickbox Gala in Blomberg
24.04.1992	Kickbox Gala in Löhne
25. – 26. 10.1992	Europameisterschaft in Hamburg
10.10.1993	Länderkampf in Blomberg
01.04.1995	Kickbox Gala in Löhne
19.04.1998	Hamburg Marathon (42 Km)
24. – 26.09.1998	Europameisterschaft in Istanbul
07.03.1999	Länderkampf in Aalborg
01.07.1999	Kickbox Gala in Löhne
01. – 03.10.1999	Weltmeisterschaft in Madrid
31.10.1999	Frankfurt Marathon (42 Km)
01.10.2000	Köln Marathon (42 Km)