

ATHLETIKTRAINING ZENTRUM

TRAINERTEAM



ANDREAS SCHEICHER BAC

Nachdem ich selbst in meiner aktiven Laufbahn (2. Basketball Bundesliga) mit mangelnder Athletik und Verletzungen zu kämpfen hatte, habe ich mich auf die Suche nach Lösungen für diese Probleme gemacht. Meine Suche hat mich um die ganze Welt, nach Deutschland, England, Irland und in die USA geführt, um die bestmöglichen Ausbildungen und Coaches zu finden. 6 Jahre lang habe ich dann mit dem erfolgreichsten Athletiktrainer weltweit, Ian King, eng zusammengearbeitet und seine Methoden studiert. Im September 2019 hatte ich das Vergnügen, einen Monat im Olympic Training Center der USA zu verbringen und von der erfolgreichsten olympischen Nation zu lernen, wie sie sich auf die Olympischen Spiele vorbereiten. Nach 7 Jahren als selbstständiger Athletiktrainer habe ich 2013 das Athletiktraining Zentrum Innsbruck gegründet, welches ich nun mit mittlerweile 3 Mitarbeitern führe. Gleichzeitig bin ich als Ausbildungsleiter für den Stützpunkt Innsbruck der PFA (Personal Fitness Academy) tätig.

Ich freue mich darauf, gemeinsam mit meinem Team im Athletiktraining Zentrum auch dir bei der Erreichung deiner sportlichen Ziele helfen zu können!

AUSBILDUNGEN

- Sportstudium (2006-2010)
- Kingsports International CIP 101 (Level 1) Online Course (2008)
- Kingsports International CIP 102 (Level 2) Online Course (2008)
- Kingsports International CIP 103 (Level 3+4) Camp (Park City, USA 2008)
- Trainer A-Lizenz (2009)
- Kingsports International Level 5 Camp (Park City, USA 2009)
- Ernährungsberater (2009)
- Diplom Trainer (2009)
- Trainer für Sportrehabilitation (2010)
- Gesundheitstrainer (2010)
- Kingsports International Level 6 Camp (Park City, USA 2010)
- Grundkurs Massage & Entspannungstechniken (2011)
- Salesmanager (2011)
- Trainer für Cardiofitness (2011)
- Klassische Massage (2014)
- Kingsports International Level 6 Camp (Park City, USA 2011)
- Kingsports International Level 6 Camp (Park City, USA 2012)
- Fortbildung Sprunggelenksverletzungen und Präventionsstrategien (2014)
- Langhantel Athletik Seminar Gewichthebetechnik (2015)
- Fortbildung Muskelverletzungen aus ärztlicher und physiotherapeutischer Sicht (2015)
- Dmitry Klokov Seminar (Innsbruck, 2016)
- NADA Anti Doping Workshop (2017)
- Comprehensive Strength Coach Seminar mit Al Vermeil (2018)
- ICECP Coaching Education Programm (2019-2020)
- The Art and Science of Coaching (2019)
- The Measure of Success (2019)
- Mental Training (2019)
- SafeSport Training Certificate (2019)
- Importance of Sleep Seminar (2019)
- Training in Extreme Climates Seminar (2019)
- Athlete Nutrition Workshop (2019)
- High Performance Periodization Workshop (2019)
- Long Term Athlete Development Seminar (2019)
- Leadership Workshop (2019)
- ICECP Coaching Program mit Auszeichnung (2022)
- Präsentation der ICECP Arbeit beim IOC Lausanne (2022)



MATTHIAS BIERMAIER

Als Trainer ist mein Ziel, dich im Trainingsalltag zu unterstützen und zu begleiten, damit du bei jeder Einheit deinem Ziel etwas näher kommst. Hier kannst du dich nach einem harten Arbeitstag beim Krafttraining auspowern oder in einer Regenerationseinheit Entspannung finden.

Ich habe mich auf das Gebiet Ernährung spezialisiert, da ich leidenschaftlich gerne koche und in den letzten Jahren durch die richtige Ernährung in Kombination mit Training meinen eigenen Körper auf ein neues Level heben konnte. Dieses Wissen gebe ich jetzt an meine Kunden weiter.

Abseits vom Athletiktraining Zentrum bin ich als Basketballtrainer tätig, bezwinde auf dem Splitboard die Tiefschneehänge der Tiroler Berge oder bin mit meinem Surfbrett auf der Suche nach den besten Wellen.

AUSBILDUNGEN

- Diplom Krafttrainer
- Ernährungsberater
- Klassische Massage
- A-Lizenz Basketball
- Ski + Snowboard Instruktor
- Psychologiestudium i.A.