

Gundula Hennig – October 2019

Gundula studied Biological Anthropology and developmental psychology in both, Philadelphia, USA and Cambridge, UK. She has continued to live in the UK after the completion of her studies and pursued a career in health and fitness. Always a sportsperson, she successfully participated in the elite England rowing squad, cycling and running became a part of her competitive life as well. The experience she gathered throughout her sports career became an important accessory in her professional day to day work place.

She has always had a keen interest in bringing out the best in individuals, and by developing or enhancing their skills and/or detecting barriers that stopped them from performing, she found herself in a niche in the realm of health and fitness. An accomplished specialized personal trainer with a vast knowledge in health and fitness, she has also reached out to develop Events and Adventure projects working closely alongside clients to achieve their goals.

Having cycled across the USA, rowed for England and Cambridge and trekked in the South American Jungle, she has a wealth of experience to offer. She is highly skilled in supporting clients achieving their goals or following their ambitions, often they never envisioned as possible. Being qualified in Cancer and Exercise Rehabilitation at Level 4 and working closely with osteopaths and physiotherapists on a daily basis, as well as a close liaison to the London oncology clinic, she is hugely motivated to detect weaknesses and imbalances in individuals with the sole purpose to offer solutions, remove pain, address physical barriers to enhance a balanced life style and to avoid injuries.

She currently is heading up her team in London at BodySPace, both as operations- special events manager and as personal trainer.

-----

Gundula estudió antropología biológica y psicología del desarrollo en Filadelfia, EE. UU. Y Cambridge, Reino Unido. Ella ha seguido viviendo en el Reino Unido después de la finalización de sus estudios y ha seguido una carrera en salud y formación física. Siempre deportista, participó con éxito en el escuadrón de remo de élite de Inglaterra, el ciclismo y la carrera también se convirtieron en parte de su vida competitiva. La experiencia que acumuló a lo largo de su carrera deportiva se convirtió en un accesorio importante en su lugar de trabajo profesional del día a día.

Ella siempre ha tenido un gran interés en sacar lo mejor de cada persona, y al desarrollar o mejorar sus habilidades y / o detectar las barreras que impedían que se desempeñaran, se encontró en un nicho en el ámbito de la salud y la forma física. Una entrenadora personal especializada con un gran conocimiento en salud y condición física, también se ha desarrollado para desarrollar proyectos de Eventos y Aventuras que trabajan en estrecha colaboración con los clientes para lograr sus objetivos.

Después de haber recorrido en bicicleta por los EE. UU., Remó a Inglaterra y Cambridge y viajó a la selva sudamericana, tiene una gran experiencia que ofrecer. Ella es muy hábil para ayudar a los clientes a lograr sus metas o seguir sus ambiciones, a menudo nunca las imaginaron como posibles. Calificada en Cáncer y Rehabilitación por Ejercicio en el Nivel 4 y trabajando estrechamente con osteópatas y fisioterapeutas a diario, así como un enlace cercano a la clínica de oncología de Londres, está muy motivada para detectar debilidades y desequilibrios en individuos con el único

propósito de Ofrezca soluciones, elimine el dolor, aborde las barreras físicas para mejorar un estilo de vida equilibrado y evitar dolor.

Actualmente dirige su equipo en Londres en BodySpace, como gerente de operaciones, eventos especiales y como entrenador