



TORSTEN VON KEITZ

Studium / Weiterbildung

Diplom Sportlehrer für Rehabilitation Prävention und Behindertensport, Heilpraktiker, Gesundheitsmanager. Auditor Corporate Health Award. Trainer für Selbstbehauptung und Selbstverteidigung des DKV. Stresskompetenztrainer (Professor Kaluza). Coach „Leben In Balance“, Gesundheitscoaching, Prozess- und Teamentwicklung in Zusammenarbeit mit der Uni Hamburg und der IKK classic.

Berufserfahrung

Selbständig seit 1993; in eigener Praxis seit 1996. 26 Jahre tätig als freier Mitarbeiter im BGM für das RWE, Leitung Rückentrainingszentren, seit 2008 freier Mitarbeiter und Kooperationspartner der IKK classic. Referent für Themen aus dem Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention, Gesundes Führen, Stress- und Ressourcenmanagement, Handlungsfeld arbeitsbedingte körperliche Belastungen, Arbeitssituationsanalysen, etc. Seit 2018 tätig als Coach.

Arbeitsschwerpunkte

Schulung, Entwicklung und Beratung in den Bereichen Gesundheitsförderung mit den Schwerpunkten Führung, Bewegung, Stress- und Ressourcenmanagement. Persönlichkeitsentwicklung, Resilienz Training, Deeskalationstraining.

Seminarsprachen

Deutsch | Englisch

Studies/further education

Diploma sports teacher for rehabilitation prevention and disabled sports, non-medical practitioner, health manager. Auditor Corporate Health Award. Trainer for self-assertion and self-defence of the DKV. Stress competence trainer (Professor Kaluza). Coach „Life in Balance“, health coaching, process and team development in cooperation with the University of Hamburg and the IKK classic.

Professional experience

Self-employed since 1993; in his own practice since 1996. 26 years as a freelancer in BGM for RWE, management of back training centers, since 2008 freelancer and cooperation partner of IKK classic. Speaker for topics in the field of health promotion and prevention, healthy leadership, stress and resource management, field of work-related physical stress, work situation analysis, etc. Working as a coach since 2018.

Focus of work

Training, development and advice in the areas of health promotion with a focus on leadership, movement, stress and resource management. Personal development, resilience training, de-escalation training.

Seminar languages

German | English