

David Bachmeier

Geprüfter Personal Trainer in Mengkofen und Dingolfing-Landau Puchhausen

[Kontakt](#) [118 Bewertungen](#)

„Dein Ziel ist meine Motivation!“

David ist Natural Bodybuilder, Personal Trainer, Ernährungsberater, Schmerztherapeut & Coach. Erste sportliche Schritte begann er mit 8 Jahren im Fußballverein, seit nunmehr 6 Jahren hat er sich dem Natural Bodybuilding verschrieben. Mitte 2017 mit Rheuma, Morbus Bechterew und somit als Sportinvalide diagnostiziert, widmete er sich über ein Jahr dem wahren Grund von Krankheit. Entgegen dieser Diagnose ist er inzwischen beschwerdefrei. So bereite ich mich aktuell auf meinen ersten GNBFF-Wettkampf im Natural Bodybuilding vor.



„Manche Menschen machen weite Reisen, um zu staunen über die Höhe der Berge, die Wellen der Meere, die Länge der Flüsse, die Weite des Ozeans und die Kreisbewegungen der Sterne. An dem Wunder ihres eigenen Körpers aber gehen sie vorbei, ohne zu staunen.“ - Augustinus.

Mein Name ist David Bachmeier: Natural Bodybuilder, Personal Trainer, Ernährungsberater & Coach mit einer Leidenschaft für US-Sport, Athletik, Fußball, Gesundheit und Ernährungsoptimierung.

Als ich Mitte 2017 mit Rheuma, Morbus Bechterew und somit als Sportinvalide diagnostiziert wurde, musste ich alle bestehenden Lehr- und Expertenmeinungen in Frage stellen, um eine Hoffnung auf Heilung am Leben zu halten. Nach über einem Jahr des intensiven Eigenstudiums über den wahren Grund von Krankheit, Verletzung und Schmerz, sowie der Durchführung der daraus abgeleiteten Maßnahmen, bin ich nun entgegen der schulmedizinischen Prognose beschwerdefrei. So bereite ich mich aktuell auf meinen ersten GNBFF-Wettkampf im Natural Bodybuilding 2022 in Siegen vor.

Ich habe alles, was ich dir vermittele auch selbst durchgeführt und mehrfach an mir und meinen Klienten erfolgreich umgesetzt. Ich liebe den Fitness- & Gesundheits-Lifestyle Tag für Tag und habe sowohl den Körper meiner Klienten als auch meine eigenen bereits mehrmals den jeweiligen Problemstellungen und Zielsetzungen entsprechend verändert. Mit dem richtigen System und der richtigen Herangehensweise ist es jedem möglich, seine körperlichen Problemstellungen erfolgreich zu behandeln und seine persönlichen Zielsetzungen zu erreichen.

Als nur einer von rund 75 TÜV-zertifizierten Personal Trainern in Deutschland, Österreich und der Schweiz vereine ich in meiner Dienstleistung den aktuellsten Stand der Wissenschaft mit studienbasiertem Wissen, das ich gepaart mit meiner eigenen jahrelangen Erfahrung an Dich weitergeben möchte. Je nach Zielsetzung und persönlicher Problemstellung können Trainings-, Beratungs- oder Coachinginhalte aus meinem Leistungsportfolio variabel gestaltet werden: Personal Training, Körperformung, Ernährungsberatung & -therapie, Bewegungs- & Schmerztherapie sowie Trainings-, Ernährungs-, Schmerz- & Mental Coaching.

Bei offenen Fragen kannst du mit mir unter "kostenloser Beratungstermin" unverbindlich Kontakt aufnehmen. Da sich die Kosten einer möglichen Zusammenarbeit sowie die Möglichkeiten deren Umsetzung sehr individuell gestalten, findest du hierzu unter dem Punkt "Preise & Angebote" unverbindlich detaillierte Informationen.

Ausführliche Informationen über mich, meinen Blog, meine Leistungen, Referenzen, Aktionen, Veranstaltungen sowie Produktempfehlungen findest du auch auf meiner Homepage: www.davidbachmeier.com

Ich würde mich freuen, dich bei der Erreichung deiner Zielsetzung und/oder Behandlung deiner Problemstellung begleiten zu dürfen!

Dein David

[Preise und Angebote](#)

Qualifikationen und Schwerpunkte

- TÜV zertifiziert
- Personal Trainer
- Trainer mit BPT zertifizierter Personal Trainer Ausbildung
- Ernährungsberater
- Fitnesstrainer A-Lizenz
- Leistungssport Body-Trainer
- Mental Coach
- Fitnesstrainer B-Lizenz
- TRX Suspension Trainer
- Biokinesiologie Trainer
- Athletiktrainer
- Functional Movement Screen Level 1 & 2
- Fascial Movement Taping Basic & Performance
- Y-Balance Screen
- Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht
- Neuro Krattraining
- Selective Functional Movement Assessment Level 1 & 2
- Neuro Mobility
- RockPods & RockFloss
- Neuro Athletic Training

David hat die TÜV-Prüfung für Personal Trainer bestanden. Das Zertifikat ist noch gültig bis 23.09.2021. Weitere Informationen zu diesem Qualitätszertifikat findest du [hier](#).

Fitness

- Athletic-Training
- Faszientraining
- Fitness- und Krattraining
- Flexibilitätstraining
- Functional Training
- Krattraining
- Muskelaufbautraining
- Neuroathletiktraining
- ONLINE-Training
- Sportartspezifisches Training
- Trainingsplanung
- TRX Training

Sport

- Betreuung von Leistungssportlern
- Bodybuilding
- Fußball
- Leichtathletik
- Wettkampfvorbereitung

Ernährung

- Abnehmen
- Ernährungsberatung
- Food-Coaching
- Gewichtsmanagement
- Sporternährung

Gesundheit

- Bewegungsanalyse
- Coaching
- Functional Movement Screen (FMS)
- Ganzheitliche Gesundheitsberatung
- Gesundheitsmanagement
- Mentales Training
- Mobility Training
- Rehabilitationstraining
- Schmerzbehandlung
- Stressmanagement
- Triggerpunktbehandlung
- Work-Life-Balance

Trainingsmöglichkeiten

- Outdoor
- Online-Training
- Privates Studio
- Kommt zu dir nach Haus
- In einem Studio deiner Wahl

Mitglied im BPT e.V.

David Bachmeier ist Mitglied im Bundesverband Personal Training, BPT e.V. Der Bundesverband setzt sich für Qualitätssicherung und Weiterentwicklung des Berufsfeldes ein. David verpflichtet sich dem Ehrenkodex für Personal Trainer des BPT. [Mehr Infos zum Ehrenkodex.](#)

David Bachmeier im Interview

PersonalFitness
Hallo David. Super, dass du mit uns dieses kleine Interview machst. Erzähl uns doch bitte ein bisschen mehr über dich. Hat Sport dein Leben verändert? Und wenn ja, wie?

David
Zu Beginn meiner sportlichen Zeit hat mir Fußball fundamentale Werte wie Gemeinschaftssinn, Teamfähigkeit und Kommunikation beigebracht. In meinem späteren Fokus auf Natural Bodybuilding und Kraftdreikampf war das vor allem die Erkenntnis, dass nur konstantes Verhalten zu konstanten Ergebnissen führt.

[Ganzes Interview aufklappen](#)

Beliebter Trainer
Im letzten Monat schon 49 mal kontaktiert

Was wünschst du dir?
Fragen kostet nichts. David Bachmeier kann dir bestimmt helfen und meldet sich so schnell es geht per E-Mail. Mach jetzt den ersten Schritt!

Was möchtest du wissen? Schreib hier bitte dein Ziel bzw. deine Frage auf.

Vorname

E-Mail-Adresse

[Absenden](#)

Kundenbewertungen

personal.fitness
Kundenbewertungen David Bachmeier
5.0 SEHR GUT
118 Bewertungen
geprüfter Personal Trainer

[Jetzt bewerten](#)

Lea B.
29.06.2021 ★★★★★
Ich habe mich an David gewendet weil ich einige Fragen bezüglich Ernährung vor allem in Kombination mit Fitness hatte. Er hat sich super viel Zeit für mich genommen, genau verstanden worum es mir geht, was meine Ziele sind und einen perfekten Plan erstellt. Bei Fragen und Problemen kann ich ihn jederzeit kontaktieren und er kümmert sich sofort ... [mehr lesen](#)

Lukas S.
27.06.2021 ★★★★★
Sehr netter, kompetenter und professioneller Mensch. Antworten sind innerhalb weniger Stunden immer da und geht ebenfalls auf die Wünsche ein.

Marko M.
26.06.2021 ★★★★★
Eigentlich wollte ich mit David nur meine Muskeln aufbauen, aber er lieferte mir eine Komplettberatung mit Mindsethifi, Lebensführung, Schlafqualität und genereller Energiesteigerung! Overdeliver sag ich nur 😊 David ist der beste Trainer, den ich je hatte.

Johannes K.
11.06.2021 ★★★★★
David hat mich vor einem halben Jahr kennengelernt. Meine Entscheidung fiel auf ihn, nachdem ich gesehen habe, dass Anthony Williams für ihn eine Initialzündung war und für mich war David genau die richtige Entscheidung. Er hat es geschafft meiner Ernährung radikal umzustellen und mich motiviert mehr Sport zu machen. Ich kam mit massiven Schulters... [mehr lesen](#)

Sven K.
28.05.2021 ★★★★★
Ich habe vor etwas über einem halben Jahr nach einem Fitnesscoach gesucht, da ich schon länger trainiere, aber das Ganze nie wirklich mit einem richtigen Plan angegangen bin und mir sicher war, dass ich mit dem gleichen zeitlichen Aufwand sicher viel bessere Ergebnisse erzielen kann. Als ich dann online auf David, und darauf, dass er unter der glei... [mehr lesen](#)

[Weitere Bewertungen](#)

Tipps und Artikel von David Bachmeier

Nutri-Score
Die wichtigsten Fakten über die Lebensmittel-Ampel
David Bachmeier

elixifit
Onlinestraining
Selbstversuch
David Bachmeier

Neuroathletik Training
Fit & schmerzfrei durch Neuroathletik
David Bachmeier

Mit diesen Trainern arbeitet David Bachmeier zusammen

Stefan Liebezeit
20 Bewertungen

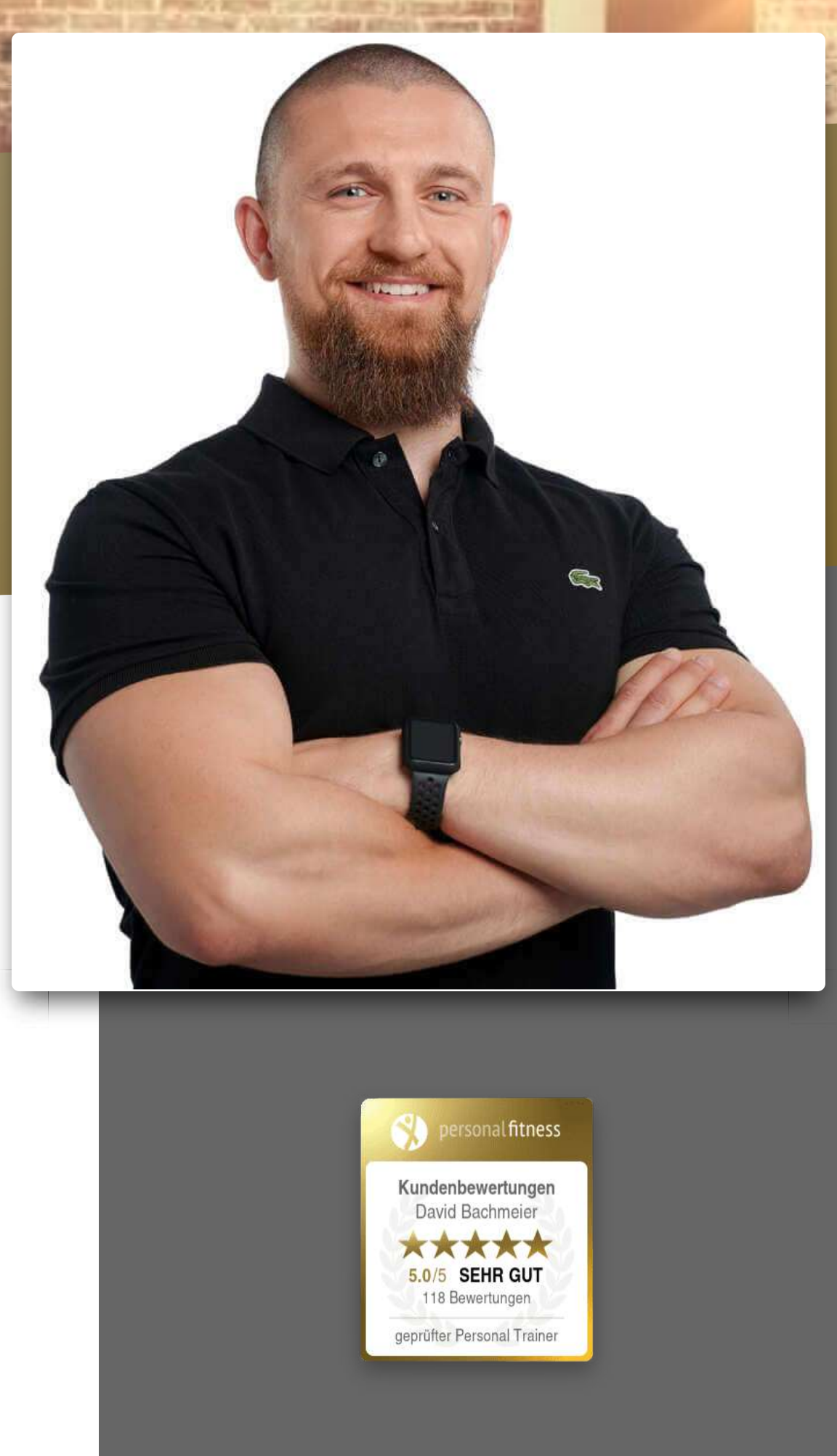
Robert Kraushaar
20 Bewertungen

Dimitri Rutansky
48 Bewertungen

Trainersuche

Stadt, oder PLZ eingeben [Trainer anzeigen](#)

Wir vermitteln über 1100 geprüfte Personal Trainer für individuelles Fitness-Training



personal.fitness
Kundenbewertungen David Bachmeier
5.0 SEHR GUT
118 Bewertungen
geprüfter Personal Trainer

David Bachmeier
Personal Training, Ernährungsberatung & -therapie, Bewegungs- & Schmerztherapie, Coaching
84152 Mengkofen
[015158470XXX anzeigen...](tel:015158470XXX)

[Webseite](#) [Facebook](#) [Instagram](#) [Route](#) [E-Mail](#)



Sichere dir deinen Beratungstermin mit David Bachmeier

Kostenlos und unverbindlich. Der Trainer meldet sich so schnell es geht per E-Mail.

Vorname

E-Mail-Adresse

[Jetzt kostenlos sichern!](#)

David Bachmeier - Personal T...
Seite gefällt mir 5.084 „Gefällt mir“-Angaben

David Bachmeier - Personal Training, Ernährungsberatung & Schmerztherapie
vor 3 Stunden

Woche 8 Block 15 - Schrägbank-Kurzhandl-Rudern mit je 30 kg für 3x10

! Hinweise zur korrekten Übungsausführung !

- Stelle die Bank leicht schräg und lege dich bäuchlings darauf ab - suche mit deinen Füßen zudem einen festen Stand auf dem Boden für maximale Stabilität in der Ausgangslage!...

[Mehr ansehen](#)

§ Impressum dieser Profileseite