

Subscribe to our notifications!
To enable permission prompts, click on the notification icon

Web Push SendPulse

Trainer suchen Personal Training Ratgeber Erfahrungen Trainer-Login

David Bachmeier

Geprüfter Personal Trainer in Dingolfing-Landau

[Jetzt von David beraten lassen](#)

„Aufgeben? Gibt's nicht!

David kennt es, wenn Ärzte ratlos sind. Mit 23 bekam er die Diagnose Morbus Bechterew – unheilbar, sagten sie. Doch damit wollte er sich nicht abfinden. Statt sich mit Medikamenten zufriedenzugeben, suchte er nach Alternativen und entwickelte einen Ansatz, der nicht nur ihm, sondern inzwischen schon über 400 Klienten geholfen hat. Er arbeitet mit Menschen, die sich nicht mit „Da geht nichts mehr“ zufriedengeben. Pragmatisch, offen und beherrlich hilft er Vielbeschäftigten, ihren Körper zu verstehen, sich rundum wohlfühlen und endlich wieder frei zu leben.



Coaching, das mehr kann

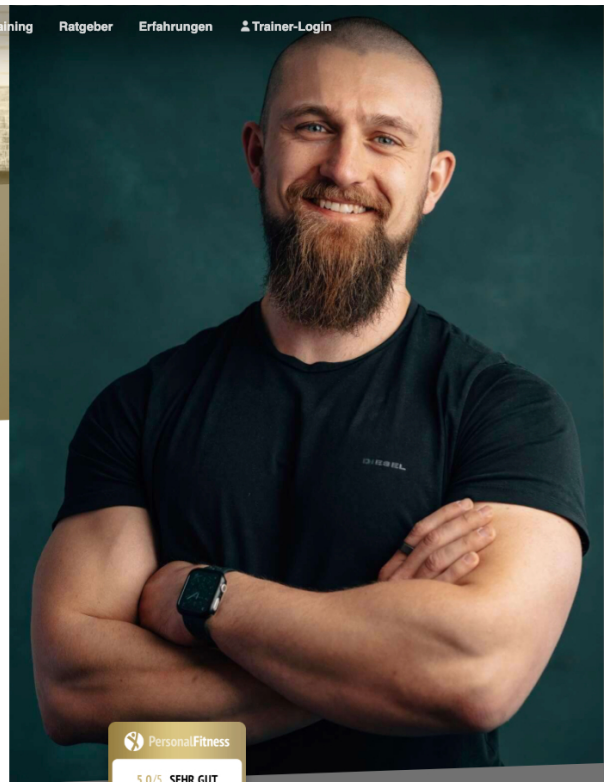
Du hast schon vieles probiert, aber nichts hat wirklich funktioniert? Dann finden wir gemeinsam heraus, woran es liegt. Mein Coaching geht über Training hinaus: Es verbindet Bewegung, Ernährung und Strategien, die zu dir passen – alltagstauglich, realistisch und ohne Hokuspokus. Keine Standard-Pläne, keine leeren Versprechen, sondern ein Ansatz, der dich wirklich weiterbringt. Pragmatisch, lösungsorientiert und mit einer guten Portion Humor – denn Veränderung darf auch Spaß machen. Und ja, dabei darfst du sogar über meine bayerische Art schmunzeln.

So starten wir:

- Kostenloses Erstgespräch:** Du erzählst mir, wo du gerade stehst, welche Herausforderungen dich beschäftigen und wo du hinwillst. Wir klären, ob mein Coaching der richtige Weg für dich ist.
- Dein persönlicher Plan:** Wir analysieren, was dein Körper wirklich braucht – ob Ernährung, Training oder gezielte Anpassungen im Alltag. Ich stelle dir meine Methoden vor, und wir entwickeln die beste Strategie für dich.
- Individuelle Begleitung:** Ich bin an deiner Seite – ob vor Ort, online oder in meiner Community. Wir passen deinen Plan an, optimieren und finden gemeinsam heraus, was für dich am besten funktioniert.

Dein Fortschritt, dein Erfolg

Es geht nicht nur darum, dich in deinem Körper wieder wohlfühlen – sondern darum, dein Leben wieder voll genießen zu können. Wenn du



PersonalFitness

5.0/5 SEHR GUT

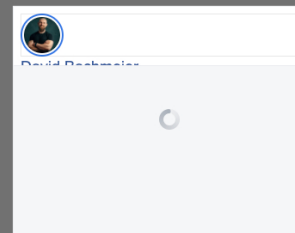
★★★★★

251 Kundenbewertungen

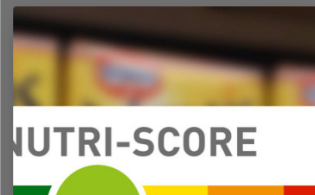
David Bachmeier
Professional Personal Trainer

David Bachmeier
Personal Trainer, Berater & Therapeut
84152 Mengkofen
+4915158470 XXX anzeigen...

Website f i Route E-Mail



Artikel von David



morgens ohne Steifheit aufsteht, dich nach einem langen Tag noch **energiegeladener fühlst** oder endlich wieder Sport treiben kannst, ohne Angst vor Rückfällen – dann hast du dein Ziel erreicht. Und ich begleite dich, bis du genau da bist.

Verändere, was dich bremst!

Dein Körper kann mehr, als du denkst – ich zeige dir, wie du ihn optimal unterstützt. Starte jetzt mit einem Ansatz, der sich in dein Leben einfügt und langfristig wirkt.



Jetzt von David beraten lassen

Wählen Sie den für sich einfachsten Weg:

Kostenlose Erstberatung

Direkt vom Trainer - ohne Verpflichtung

E-Mail senden

Nachricht direkt an den Trainer

☎ 0151 58470770

Preisübersicht zusenden lassen

Transparent und sofort per Mail

Lizenzen und Fachgebiete

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

Gesundheit

- Bewegungsanalyse
- Coaching
- Food-Coaching
- Ganzheitliche Gesundheitsberatung
- Gesundheitsorientiertes Training
- Mentaltraining
- Rehabilitationstraining
- Schmerzbehandlung
- Stressmanagement
- Triggerpunktbehandlung
- Work-Life-Balance

Fitness

- Athletic-Training
- Bodybuilding
- Faszientraining
- Fitness- und Krafttraining
- Flexibilitätstraining
- Functional Movement Screen - FMS
- Functional Training
- Krafttraining
- Mobility-Training
- Neurozentriertes Training
- Sportartspezifisches Training
- Trainingsplanung
- TRX Training

Ernährung

- Abnehmen
- Ernährungsberatung
- Gewichtsmanagement
- Sporternährung

Sport

- Betreuung von Leistungssportlern
- Fußball
- Leichtathletik
- Muskelaufbautraining
- Wettkampfvorbereitung

Trainingsorte

- 🌳 Outdoor (im Freien)
- 📺 Online (per Video)
- 🏠 Trainerstudio
- 🏠 Zuhause
- 🏋️ Fitness-Studio

Sprachen

- 🇩🇪 Deutsch



Lebensmittelkennzeichnung

Nutri-Score richtig einordnen und smarter wählen

David Bachmeier



Maximale Sauerstoffaufnahme

VO2 max: Der ultimative Guide

David Bachmeier



Intermittierendes Fasten und Muskelaufbau

Fakten und Mythen

David Bachmeier

Mehr anzeigen ...

Memberships und Engagements



Kundenbewertungen

PersonalFitness ★★★★★ 23100000

5.0/5 **SEHR GUT**
211 Kundenbewertungen

David Bachmeier
Professionaler Personal Trainer

Viele loben Davids umfangreiches Wissen in Ernährung, Training und Gesundheit und seine einfühlsame Art. Häufig wird betont, dass seine Coachings schnell sichtbare Ergebnisse bringen wie Gewichtsverlust von bis zu ~8 kg, reduziertes Schmerzlevel und weniger Medikamentenbedarf. Einige berichten über gesteigertes Energielevel, bessere Schlafqualität und nachhaltige Routinen. Mehrere heben auch die enge Betreuung und die Arbeit im Team hervor. *Zusammengefasst mit KI.*

- ♥ Schmerzreduktion bis Schmerzmittelfreiheit
- ♥ Blutwert- und Supplement-Optimierung
- ♥ Kombination aus Körpertraining und Mental-Coaching

[Bewertung schreiben](#)

WP Wolfgang P.
Januar 2026 ★★★★★

Sehr fähiges Team, Fachkompetenz in allen angebotenen Bereichen. Mir hat David sehr geholfen: Fitness, Ernährung, Yoga, Beweglichkeit. Kann ihn und das Team bestens empfehlen

[f](#) [in](#) [x](#) [✉](#)

VB Verena B.
November 2025 ★★★★★

David und Thomas haben mir sehr geholfen, mein Leben neu zu strukturieren und schwierige Lebenssituationen innerhalb meiner Beziehungen anzuschauen, die ich bisher gar nicht gesehen oder beachtet hatte. Durch die Veränderungen meines Essverhaltens konnte ich ganz viel Klarheit auch in anderen Bereichen meines Lebens finden und umsetzen. Es hat sich... [Mehr lesen ...](#)

[f](#) [in](#) [x](#) [✉](#)

[Mehr anzeigen ...](#)

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.

Kannst du dir ein Leben ohne Sport vorstellen?

Absolut nicht, Sport gehört von klein auf fest zu meinem Tagesablauf.

Welche sportlichen Trends findest du derzeit spannend?

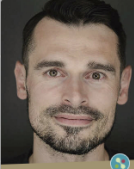
Besonders spannend finde ich den Trend hin zur Biokinematik, die aktuell über den Hersteller Five auch in den großen Studioketten Einzug findet. Mit dieser Form des Muskellängentrainings lassen sich diverse Schmerzbilder gezielt therapieren. Vor allem die Tatsache, dass man dazu nichts anderes als zwei Therabänder benötigt, macht diese Form des Trainings immer und überall durchführbar.

[Mehr anzeigen ...](#)


Alle Bewertungen und Erfahrungen zu David Bachmeier - Personal Trainer, Berater & Therapeut sind subjektive Meinungen der Verfasser. Wie wir die Vertrauenswürdigkeit der Bewertungen sicherstellen, kannst du [hier](#) nachlesen. Dieses Profil ist aktiv seit 22.05.2017. Letzte Aktualisierung am 07.01.2026.

§ Impressum dieser Profiseite


Mit diesen Trainern arbeitet David Bachmeier zusammen



Leipzig
Stefan Liebez...
★★★★★ 21



Passau
Robert Kraus...
★★★★★ 30



Stuttgart
Dimitri Rutan...
★★★★★ 168



Unser Qualitätsanspruch

Wir überprüfen alle Qualifikationen unserer Personal Trainer



Individuelle Angebote

Passend zu deinen Wünschen und Budget



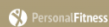
Happiness Garantie

Unzufrieden? PersonalFitness findet eine Lösung für dich



Höchste Kundenzufriedenheit

5,0/5 ★★★★★
Google Business Profile



© PersonalFitness GbR 2026
© Fotos shutterstock.com
© Fotos unsplash.com
© Fotos freepik.com



Impressum

Kontakt
In eigener Sache
Partner
FAQ für Trainer
FAQ für Kunden
AGB
Datenschutz
Cookie-Einstellungen

Suche

Trainer in Berlin
Trainer in Hamburg
Trainer in Köln
Trainer in Frankfurt a. Main
Trainer in Düsseldorf
Trainer in Stuttgart
Trainer in München

Neue Personal Trainer

Jenny Lischka
Christian Vogl
Sammy Lagerhausen
Timm Cordt
Tobias Schwarzer
Eric Pfarrer
Lars Traxel

Fitness-Blog

Stairmaster-Training: So holen Sie mehr aus Ihrem Treppen-Workout
Kettlebell: Swing, Clean und Snatch sauber ausführen
Freizeit-Fitness für Trainer: So bleiben Sie an Wochentagen konsequent dran
Regeneration verstehen: Richtiges Dehnen steigert Leistung nachhaltig
Fitness-Mythen: Diese Trainingswahrheiten bringen Sie wirklich voran
Stark am Holm: So schaffst du deinen ersten Klimmzug
Fatburner am Morgen: Fünf Minuten Workout, maximaler Effekt



★★★★★ 231 Kundenbewertungen