

# Berend Breitenstein

Athlet – Autor - Ernährungswissenschaftler

**Fitness- und Gesundheits-Experte**



## Erlernte Berufe

- \* Fortbildung: Lizensierter Fitness-Trainer
- \* Lehre: Einzelhandelskaufmann / Fachrichtung Reformhaus
- \* Studium: Ernährungswissenschaftler (Dipl. oec. troph.)

## Verein

Gründer und Präsident der GNBf e. V. (German Natural Bodybuilding & Fitness Federation)

## Natural Bodybuilder

Erster Wettkampf: Mr. Hamburg Junior 1979  
Größter sportlicher Erfolg: Finalist der Weltmeisterschaft 2014

## Buchautor

20 veröffentlichte Bücher zu den Themen Muskelaufbau – Fettabbau – Gesundheit  
Verkaufsbilanz (Stand August 2015): 200.000 Exemplare

## Freier Autor

Men`s Health; Sportrevue; Shape up; BMS-Magazin; Natural Bodybuilding & Fitness

## DVD-Produzent

7 DVD-Produktionen zu den Themen Muskelaufbau – Fettabbau -Gesundheit

## Coach & Referent

1:1 Coaching & Seminarveranstaltungen zu den Themen Muskelaufbau – Fettabbau - Gesundheit

## TV-Experte

u.a. 24 Folgen als Ernährungsexperte im „SAT.1-Frühstücksfernsehen“

## Vision

Vermittlung einer gesunden Lebensweise und einer Trainings- und Ernährungsstrategie für einen gesunden und gut trainierten Körper



## Weitere Informationen & Kontakt

Berend Breitenstein  
Wientapperweg 26a  
22589 Hamburg

Tel: 040-43253337  
Mobil: 0151-21269642  
E-Mail: berend@gnbf.de

[www.berend-breitenstein.de](http://www.berend-breitenstein.de)  
[www.gnbf.de](http://www.gnbf.de)

Facebook  
You Tube