

Lebenslauf

Mag. (FH) Valerie Krumpl
Feldbachgasse 12
2630 Ternitz

Geburtsdatum: 16. Februar 1981
Staatsbürgerschaft: Österreich
Familienstand: ledig

Telefon: +43 660 636 88 91
E-Mail: valerie@lebeachtsam.at
Website: www.lebeachtsam.at



Berufserfahrung

- 05/2011 – 2017 Stellvertretende Kommandantin im Heerespersonalamt /PrüfZentrum Ost in Stammersdorf
- Vorträge
 - Sporttestung der Personen
 - Trainingsberatung
 - Studienberatungen
 - Einsatz als Informationsoffizierin in Schulen, bei Messen, an Informationsständen
- 11/2010 – 05/2011 Auslandseinsatz im Kosovo als JVB (joined visitors bureau)
- Organisation und Empfang von Staatsbesuchen
- 09/2009 – 10/2010 Stellvertretende Kommandantin Rekrutierungsgruppe Wien
- Auftritt bei Messen
 - Information und Rekrutierung
 - Administrative Tätigkeiten
 - Vorträge im Bildungsbereich / Erwachsenenbildung
- 09/2007 – 09/2009 Stellvertretende Kommandantin Brückenübersetzkompagnie und Stabskompagnie Pionierbataillon 3 Melk

Parallel zu meiner hauptberuflichen Tätigkeit als Soldatin:

- Seit 2012 – bis 2015 Rückenstunden/Kräftigung bei der VHS Großfeldsiedlung
Qi Gong an der VHS Klosterneuburg
fernöstliche Bewegungsstile und Kräftigung Gemeinde Klosterneuburg
energetische Ausgleichsbehandlungen im Zuge von Einzelsitzungen
Holistic Pulsing
- Seit 2010 bis dato Trainingsberatung
Aushilfe bei diversen Fitnessstunden

Seit 2014 bis 2019 Lehrtätigkeit in der Erwachsenenbildung im Bereich Energetik, TCM und Entspannung an der Vitalakademie Wien und Linz

Ausbildung

09/2003 – 09/2007 FH TherMilAk Offiziersausbildung
- Diplomprüfung mit ausgezeichnetem Erfolg

09/2001 – 09/2003 EF – Ausbildung Klagenfurt und Beginn UO – Ausbildung als Überbrückung
Chargenkurs in Kufstein -
- Einsatz als Gruppenkommandantin in Klagenfurt

09/1995 – 06/2000 Bundesgymnasium Gießhübl Leistungszentrum in 2344 Maria Enzersdorf
Südstadt – Leistungssport Judo
Matura mit gutem Erfolg

Weiterbildung und Seminare/ Ausbildungen:

2004 staatlich geprüfte Sportlehrwartin
„mit gutem Erfolg“

2012 1. Grad Reiki (nach Dr. Ursui.)

11/2012 – 06/2013 Dipl. Entspannungstrainerin – Meditation, Qi-Gong, Zen Gymnastik

11/2012 – 07/2013 Dipl. Energetikerin nach TCM und emotionaler Balance
mit „sehr gutem Erfolg“

2013 Rückenfit & Bauch spezial bei der Pax

2014 Aurum Manus Ausbildung in Deutschland mit „sehr gutem Erfolg“
abgeschlossen

2014 diplomierte Holistic Pulsing Praktikerin (inkl. Organ- und Chakrenseminar)

2015 Weiterbildung im Bereich Meditation/Entspannungstraining (UK, Indien)

2015/16 Weiterbildung im Bereich Meditation/Entspannungstraining (Bali)

Dez 15 – Nov 17 Nebenberuflich - Ausbildung zur gewerblichen/medizinischen Masseurin an
der Vitalakademie in Wien
inklusive Praktikum.in Massagetechniken und Elektrotherapie im
Rehabilitationszentrum am „Weißen Hof“

Dez 17 – Mai 18 Ausbildung zur Heilmasseurin im Vollzeitintensivkurs an der Vitalakademie in
Linz

Mai 2018 Abschluss zur Heilmasseurin mit ausgezeichnetem Erfolg

Jun 2018	Weiterbildung im Bereich Achtsamkeitstraining (UK)
Jän 2019	Öffnung meiner Heilmassage und Energetikpraxis MAGIC Hands in der Feldbachgasse 12, 2630 Ternitz, Niederösterreich
2019 – 2021	weitere Ausbildung zur Achtsamkeits- und Meditationstrainerin
Jun – Dez 2021	Klangmassage und Klangpädagogik Ausbildung