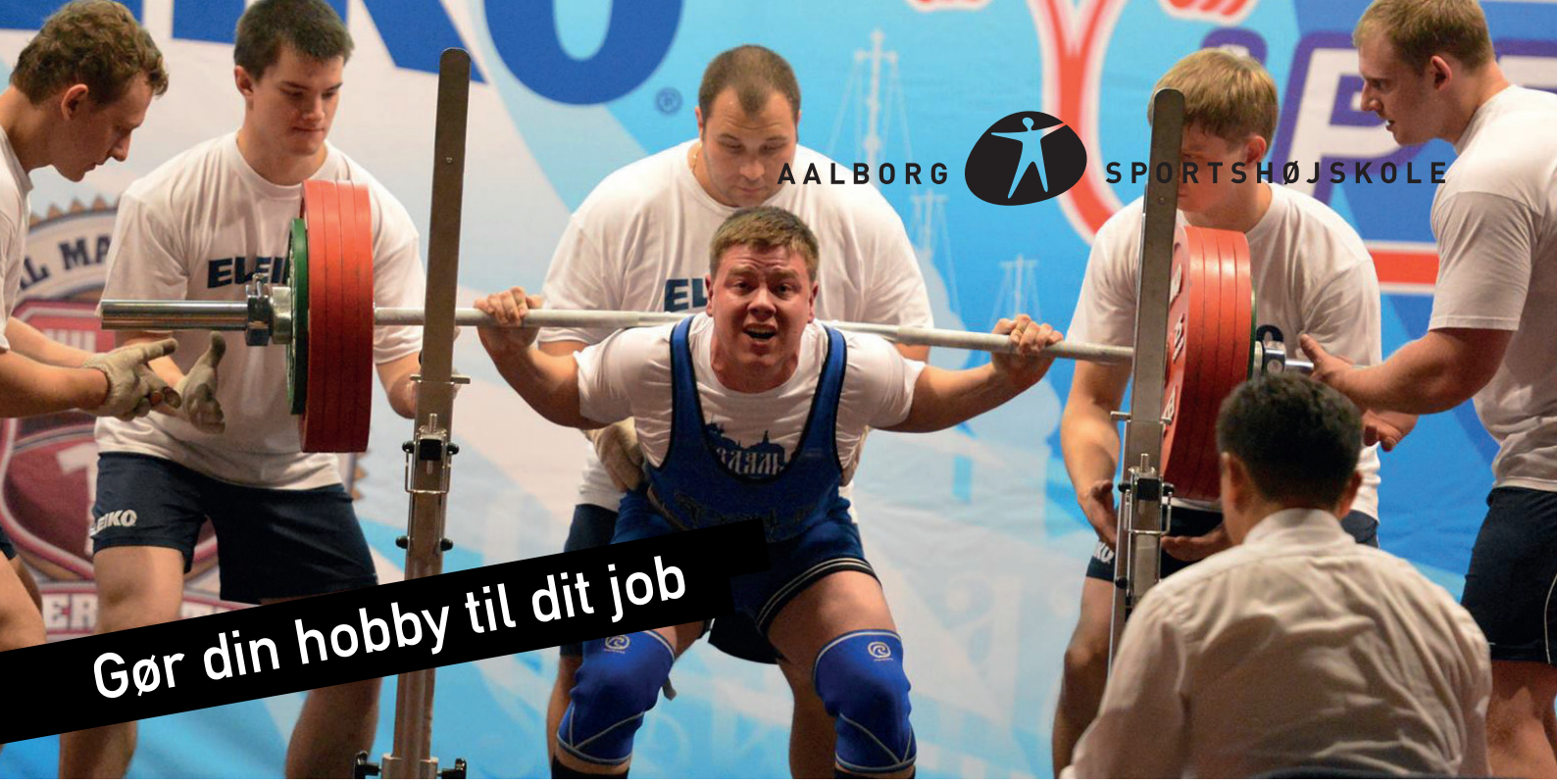


Nicki Lentz Aalborg Sportshøjskole årgang 2013/2014, Trænerakademiet, styrketræner

NU Ejer af Lentz Performance, Lentzperformance.dk og Headcoach Scala Powerlifting Næstved

Før Aalborg Sportshøjskole

Jeg er engageret styrkeløfter på højt plan. Dette er ikke kun min hobby. Det er mit liv. Da jeg for første gang indså, hvor vigtig min hobby var for mig, vidste jeg, at jeg var nødt til at udvikle mig fra mere end bare at løfte vægte og få at vide hvad jeg skulle gøre, til rent faktisk at vide HVORFOR jeg gjorde de ting, jeg gjorde. Derudover brænder jeg også for at hjælpe andre og udvikle andre. Med det i mente vidste jeg, at jeg var nødt til at tage en uddannelse inden for styrke træning. Det var her jeg fandt Aalborg Sportshøjskole, som det bedst kvalificerede sted for mig til at give mig den nødvendige viden og de nødvendige kompetencer, så jeg kunne komme ud og blive den bedste træner inden for styrketræning.

Under Aalborg Sportshøjskole

Jeg blev ikke skuffet. Jeg lærte utrolig meget og blev klogere dag for dag. Jeg blev mere åben over for andre ideer og træningsmetoder, end dem jeg havde lært igennem styrkeløft. Igennem skolen blev jeg en del af en gruppe styrkeløftere fra skolens eget træningscenter, som har været tidligere elever af skolen og som også gik rundt med en enorm viden. Disse personer sammen med opholdet på selve skolen gav mig utrolig god udvikling ikke kun teoretisk men også i min egen praktiske udførelse inden for træning. Under opholdet på skolen blev jeg enig med mig selv om, at jeg efter opholdet ville blive selvstændig inden for træning. Ikke som den gængse personlige træner, men som performance træner, der vil udvikle atleter på forskellige niveauer. På denne måde kunne jeg forene min passion for ekstraordinær udvikling / performance og arbejde.

Efter sportshøjskolen – Opstart af Lentz Performance

Efter skolen startede jeg eget firma Lentz Performance. Det var nu min drøm om at forene min passion og mit arbejde skulle ske. Hemmeligheden bag succesfulde mennesker og succesfulde virksomheder er, at de arbejder med det, de brænder for. Derfor ved jeg, at mit firma på sigt vil blive en succes, da jeg er en person, der vil gøre mit absolut bedste, for at blive den bedste til det jeg gør. Det, at jeg har forenet mine interesser med mit arbejde, gør, at jeg kan opbygge en fantastisk livskvalitet. At få lov at arbejde med dygtige atleter og se dem udvikle sig, og vide man er en del af den udvikling er helt fantastisk.Jeg er blevet Headcoach for en nystartet styrkeløft klub i Næstved, Scala Powerlifting. Som har som vision at blive en af landets absolut bedste styrkeløft klubber. Dette er en fantastisk mulighed, som jeg kun har fået fordi jeg har vist mit værd som løfter og som træner. En af de fedeste ting ved mit arbejde er ikke bare, at man kan se sine atleter udvikle sig. Det er, at man ved at træne andre selv lærer mere og mere omkring træning og realiserer flere ting, end da man var elev. Start af Lentz Performance har derfor ikke kun udviklet andre atleter, det har i højeste grad også udviklet mig selv som person, som træner og som STYRKELØFTER.