



PERNILLE SKALL

KROPSTERAPEUT

PROFIL

Pernille arbejder som coach og kropsterapeut. Hun har fokus på helbred, indre balance, velvære, trivsel og sammenhængen mellem krop og sind. Pernille har stor færdighed i at stimulere og udvikle mennesker til at være i deres absolut mest optimale tilstand, hvor en god balance mellem mening, værdi, tro, mod og vilje findes, således målet og succes kan opnåes. Pernille besidder en stor faglig viden, som hun møder den enkelte med på en varm og hjertelig måde

UDDANNELSE

2020: Eksamineret Body All Mind Behandler
2008: Eksamineret Kostvejleder
2008: Certificeret Coach, kognitiv- og positiv psykologi
2007: Eksamineret Int. Fysik - og personlig træner
1994: Cand. merc. Aud., Aalborg Universitets Center*
1991: Civil økonom, Aalborg Universitets Center
1989: Eksamineret step-, spinning-, yoga- & pilatesinstruktør
1989: Eksamineret styrke- og muskeltræningsinstruktør

EFTERUDDANNELSE

Diverse kurser i personlig udvikling, kommunikation, kost og kinesisk medicin.

KONTAKT INFORMATION

Telefon: 40 75 10 69
Email: ps@pernilleskall.dk
Hjemmeside: www.pernilleskall.dk
Adresse: Gøteborgvej 6, Aalborg

ERHVERVSERFARING

2020 -

Indehaver af Smoon

Udvikling og afvikling af online forløb og uddannelser indenfor personlig udvikling, mentalt- og fysisk.

2017 -

Indehaver af PS Studio

Fysisk- og mental personlig udvikling: personlig træning, coaching og kropsterapi.

2009 - 2012

Underviser hos CLC Cognitive Learn Center

2007 - 2017

Indehaver af pernilleskall.dk

- Coaching af private klienter med afsæt i positiv- og kognitiv psykologi.
- Udvikling, salg, drift, planlægning og gennemførelse af kursus- og træningsforløb indenfor trivsel, ernæring, mentaltræning.
- Holdtræning af børn, unge og voksne indenfor ovennævnte områder.
- Foredrag indenfor trivsel, motion, kost og psykologi (SparNord, Aalborg Kommune, EnergiNord, Royal Greenland og FTFA).
- Undervisning i kognitiv- og positiv psykologi for offentlige og private virksomheder samt for Cognitive Learn Center.
- Projektleder på Aalborg Kommunes projekt Kick Off og projekt Voxværk.

1997 - 2007

Regnskabschef og HR ansvarlig hos restaurationselskabet af 1.11 1996 ApS

- Bogføring
- Budgetter
- Årsregnskab
- Ansvar for regnskabsafdeling
- Ansættelse af personale
- Konflikthåndtering, kommunikation, trivsel mm.