



Jens Nonnenmann.

Physiotherapeut * Curriculum Vitae.

generelle info.

adresse: Waldwiesstr. 11
70619 Stuttgart

telephon: +49 15906120986

mail: jens@he4ds.com

web: www.he4ds.com

geburtsdatum: June 26th, 1991.

geburtsort: Ostfildern-Ruit; Germany.

nationalität: German.

SPRACHEN

englisch: Level C2 | **französisch:** Level B2

spanisch: Level B2 | **portugiesisch:** Level B2

biographie.

Jens Nonnenmann tanzt, seit er neun Jahre alt ist.
Im Jahr 2007 gründete er die international
erfolgreiche deutsche Breaking-Crew
namens Tru Cru.

Durch seine persönliche tanzbedingte
Verletzungsgeschichte hat er sich dem
Verständnis des menschlichen Körpers gewidmet
und ist deshalb Physiotherapeut geworden.

Seit 2014 arbeitet er im tanzmedizinischen
Bereich mit dem gemeinnützigen Verein Urban
Dance Health e.V., der den Grundstein für die
Entwicklung der HE4DS-Methode gelegt hat.

Als Tanzexperte beschäftigt er sich seit 2014 mit
wissenschaftlicher Forschung und hat mehrere
Studien mit dem Fokus auf
Verletzungsprävention und Trainingspraktiken
von Breakern durchgeführt.

Sein Ziel ist es, Tanz und Gesundheit zu vermitteln
und zu lehren, damit sich weniger Tänzer:innen
auf der Welt verletzen.

erfahrung.

ARBEITSERFAHRUNG.

**2022-
aktuell** Physiotherapeut in der Physiotherapiepraxis ‚Heneka‘
(Stuttgart)

**2019-
aktuell** Mitgründer & Head of Education bei HE4DS UG,
Gesundheits- und Performance Coach, Dozent
(weltweit)

**2019-
aktuell** Medizinischer Tanzpädagoge, Gesundheits- und
Performance Coach an der ‚Professional Dance
Academy‘ (Stuttgart)

**2014-
aktuell** Gründer, Projektleiter, medizinischer Tanzpädagoge,
Dozent und Referent bei ‚Urban Dance Health e.V.‘
(weltweit)

2021 Physiotherapeut bei der Sportphysiotherapiepraxis
‚Ben Burgess‘ (Stuttgart)

2021 Leistungstrainer für das Synchronislauf-Team ‚United
Angels‘ (Stuttgart)

**2015-
2020** Physiotherapeut bei der Physiotherapiepraxis ‚Haid
Gesundheitswerkstatt‘ (Stuttgart)

2014 Wissenschaftliche Hilfskraft beim CIT Research Institut
(Stuttgart)

**2009-
2018** Hip-Hop-Tanz- und Breaking-Lehrer an verschiedenen
Tanzschulen und Akademien (Stuttgart)

erfahrung.

AUSBILDUNG.

2022 Masterkurs 'Verletzungen im Sport' (Stuttgart)

2018 Chiro-Flexing (Paracelsus Schule, Mannheim)

2017 Flossing Instructor (Easy Flossing Academy, München)

**2016-
2018** Myorelextherapeut (München)

**2012-
2015** Physiotherapie (Stuttgart)

publizierte studien.

wann.	wer.	was.	wo.
2021	Lindner S.M., Nonnenmann J., Schott N., Steinberg C.	Evaluation of a standardized screening test battery – Analysis of the mental and physical prerequisites for pro- breakers.	Presentation at Healthy Dancer Canada digital conference, 7/11/2021.
2021	Lindner S.-M., Nonnenmann J., Morales-Castillo S., Schott N., Steinberg C.	Injury profiles of B-Girls from South America: Prevalence and associated factor.	Presentation at Healthy Dancer Canada digital conference, 7/11/2021.

kongresse.

wann.	was.	wo.
2021	(V) Evaluation of a standardized screening test battery. (W) Dancing on five Extremities : Breaking. (W) Self-Myofascial Release Techniques for Dancers. (W) Breathwork for Dancers.	Healthy Dancer Canada- Internationale Konferenz, Online am 06.+07.11.2021.
2018	(V) Arthrose bei Tänzer:innen – Behandlung und Prävention	Tanzmed. Vortragsreihe, Tanz+Produktionszentrum, Stuttgart
2016	(W) Breakdance – Kontrolle im Tanz	12. Kongress für Tanzmedizin, Dresden