

Jessica Mentrup

Sprach- & Sportwissenschaftlerin M.A., Buchautorin
Personal Trainerin, Redakteurin, Producerin, TV-Moderatorin



Jessica Mentrup studierte Romanistik, Sportwissenschaften und Betriebswirtschaftslehre an der Universität in Hamburg. Schon während ihres Studiums war sie als Instructorin, Performerin & Photomodel tätig. Nach ihrem Examen moderierte sie zunächst ein TV-Wellness-Magazin, wenig später arbeitete sie als TV-Moderatorin & Redakteurin eines täglichen Boulevard- & Lifestyle-Magazins beim Hamburger Fernsehsender HH1. Mit dreieinhalb Jahren stand sie bereits an der Ballett-Stange und tanzte über 16 Jahre Klassisches Ballett und modernen Tanz. Zudem kann sie auf den jahrzehntelangen Erfahrungsschatz aus der physiotherapeutischen Praxis ihres Vaters zurückblicken. Ballett, Yoga und Pilates sowie weitere Bewegungsformen sind ihr daher seit frühester Kindheit vertraut. Als Buchautorin, Personal Trainerin, Konzept-Entwicklerin und Inhaberin der Firma ToBoCo berät sie ihre Kunden in Körperkult- & Lifestyle-Fragen.

Die Sprach- & Sportwissenschaftlerin entwickelte 2001 das TOTAL BODY CONCEPT - ToBoCo. Seither erstellt sie individuelle Trainingskonzepte für Privatpersonen, Prominente und Firmen. „Ich möchte meine Kunden zum Strahlen bringen! Die Meisten, die zu mir kommen, legen äußerst viel Wert auf Gesundheit, Stressabbau und Wohlbefinden“, erklärt Jessica Mentrup. Zudem unterstützt sie künstlerische Projekte während der Produktion. „Oft geht es hier um die Entwicklung und Umsetzung von Übungsstrecken oder Performances für kommerzielle Zwecke“, sagt sie. Das Interesse an ihren Lifestyle- und Sportprogrammen ist enorm angestiegen.

Auch auf dem Buchmarkt ist Jessica Mentrup kein Neuling. Apro Po ...!, Powerpilates und Ballett-Workout sind einige ihrer Konzepte, die sie bereits erfolgreich als Buch realisiert hat. „Ich schreibe seit meinem 7. Lebensjahr. Schreiben ist ein Teil von mir“, schwärmt sie. Und all das im Alleingang? „Nein, das ist fast unmöglich! Man braucht ein professionelles Team, das sich um die PR, aber auch um die Nebenwirkungen kümmert“, lacht Jessica.

Pressekontakt:
ToBoCo Media
info@toboco.de
Lohbekstieg 32g • D - 22529 Hamburg
Tel: 040-54 80 83 21 • Fax: 040-54 80 83 20

Alle Rechte vorbehalten.
Copyright © Jessica Mentrup & Toma Pavlović

