1992-2000 Inoffice AB - kundservice utvecklare och ISO kvalitet

2004-2016 Sturebadet - Personlig tränare livscoach

2018-2020 Källängens skola - Hälsopedagog, fritidsledare

2020-2023 Mellansjö skola - Idrottslärare, socialpedagog

2002 Force Studio - gruppträningsinstruktör, föreläsare

2014 Force Studio - fysisk och mental tränare, coach, föreläsare

2020 Force Studio - Coach, mental tränare, föreläsare

2001-2004 fil. kand. idrotts- och hälsovetenskap

2003 stress-hantering KI

2004 ICF coaching

2005 lic. Personlig tränare

2007 fil.mag. Ledarskap

2022 Lågaffektivt bemötande