

*David Samuyiwa*  
*Curriculum Vitae*



*Pers, nr: 720804-4052*  
*email: david@davidsam.se*  
*+46 739 59 20 31*

Hej!

Mitt namn är David Samuyiwa och jag skriver till er för att jag tror och hoppas att ni ska kunna ha nytta av mig och mina erfarenheter i er organisation. Det skulle samtidigt vara en ära för mig att få arbeta tillsammans med er i er organisation. Min yrkesroll och min passion här i livet är att utbilda och vägleda unga människor i alla åldrar och från olika kulturer. Att hitta och att maximera deras talanger för att sedan förmå dem att uppnå full potential. Tillsammans med min kandidatexamen, mina diplomutbildningar, mina intyg och mina betyg. Jag har också en magisterexamen i pedagogik och ledarskap. Denna examen har försett mig med ännu fler färdigheter och kunskaper som jag nu kan tillföra i er organisation.

Jag är född 1972 och är uppvuxen i London i England. Jag har en internationell bakgrund med livserfarenheter, yrkeserfarenheter och kulturella erfarenheter lite utöver det vanliga. Jag har bott och verkat i Sverige sedan 2005. Jag har goda språkkunskaper och god kännedom om hur det rent kulturellt ser ut och fungerar här i Skandinavien. Under mina tidigare erfarenheter kom jag även i kontakt med många spansktalande ungdommar, jag fick snabbt ett bra grepp om språket som jag även bättrar på en gång i veckan via en kvällskurs i spanska.

Min fritid går åt till att umgås med mina barn, läsa, skriva, fitness, motion, matlagning och titta på film.

Jag bifogar samtidigt med denna presentation en mer omfattande profil av mig själv, innehållande mitt nuvarande arbete, min historik, min akademiska historia, och min livshistoria.

Min förhoppning är att ni kommer att finna att mina kunskaper och mina färdigheter intressanta och att ni kommer att se de som en tillgång i er organisation.

Jag hoppas och ser fram emot att höra ifrån er inom en snar framtid.

Med vänliga hälsningar  
David Samuyiwa

## REFERENSER

### **Jonathan Goodair**

**Personlig Tränare till Madonna, Gwyneth Paltrow, Cate Blanchett, Stella McCartney och många fler.**

David har ett stort engagemang för sina kunder, hans höga kompetens och motiverande färdigheter är exceptionella. Detta i kombination med sin oklanderliga kundservice, sin stora kunskap och sin organisationsförmåga gör David till en stor tillgång för fitnessindustrin.

### **David Leinar**

#### **Lagkapten ÖIS Fotboll**

DS har genom David Samuyiwa gjort ett utmärkt arbete under hösten 2011 med ÖIS A-lag i fotboll. Han har på ett professionellt och noggrant sätt utfört såväl fysiska och mentala övningar vilket ledde till att ÖIS resultat på fotbollsplanen snabbt förbättrades. Jag kan varmt rekommendera David och hans kunskap, hans passion och vilja att göra skillnad. Något som verkligen gjorde skillnad för vårt lag.

### **Beverly Williams**

**En av världens mest kända och framgångsrika interiördesigners. Har bl a jobbat med projekt för Kungliga familjer och olika kändisar.**

Bortsett från Davids omfattande kunskap med sina olika kreativa träningsmetoder, sin professionalism och sitt engagemang att omvandla din kropp är han också lättsam, vänlig, intressant och intresserad. Han är helt enkelt fantastisk.

### **David Morgan-Hewitt**

**VD på The Goring. Ett av drottning Elizabeth II och den kungliga familjens favorit hotell.**

David har arbetat som en personlig tränare åt mig i över två år. Han har alltid varit professionell och tillmötesgående. Han är också mycket personlig och sällskaplig och har uppenbarligen goda relationer med många av sina kunder och affärspartners. Jag skulle personligen rekommendera honom till dig som en samvetsgrann och seriös tränare.

### **Jenny Berggren**

**F.D Sångerska Ace of Base, solo artist och författare**

Träningen med David sätter igång positiva effekter i kropp och själ.

## PROFILPRESENTATION

Jag har arbetat inom motivation, inspiration, ledarskap, undervisning, företagande, coaching, rådgivning och psykologi sedan 1989. I min BA Hons examen fick jag värdefull kunskap inom områden som psykologi, mental träning, ledarskap, historia, politik, idrottspsykologi, coaching, barnbeteende, företagande, entreprenörskap, filosofi, litteratur, management, mindfulness, kognitiv terapi, rådgivning och fysisk träning. Jag talar tre språk med engelska som modersmål. Jag har ett även bra grepp om både svenska och det spanska språket. Hösten 2015 började jag med en magisterexamen i utbildning och ledarskap som blev klar sommaren 2019. Jag har tre barn och jag är bosatt i Göteborg.

Folk brukar fråga mig hur allt började. Det började redan 1984 i skolan, när min idrottslärare Frank Dick kom till mig och sa; David du har bra ledaregenskaper, jag vill att du ska vara lagkapten för skolans fotbollslag och ta oss tillbaka till toppen. Det var så det började, vid 12 års ålder blev jag utvald att göra något jag aldrig gjort förut. Jag fick snabbt ett bra självförtroende och växte i rollen med att leda människor. Mitt lärande och min vetgirighet började i unga år och efter det så kan jag bara säga en sak – jag lär mig fortfarande, varje dag.

Jag är inne på mitt fjärde decennium nu med ledarskap och det har varit en resa jag aldrig från början trodde var möjlig. Jag har rest världen över, jag har tävlat för mitt land i friidrott, jag har bott i fyra olika världsdelar, jag har föreläst i 15 länder, jag har byggt (tillsammans med ett team av fantastiska människor) fyra framgångsrika företag. Jag har utbildat över 6000 personer och motiverat och inspirerat 1000-tals och jag får aldrig nog. I min karriär, i mina olika roller och i min mångfald har jag samlat över 80 000 timmar av praktisk erfarenhet som ledare, coach, mentor, motiverande talare, lärare och rådgivare.

Varför är jag fortfarande lika hungrig och lika motiverad efter alla dessa år? Jag tror det är för att jag har talanger, gåvor och färdigheter som har skänkts mig, dessa har jag sedan tagit vara på och utvecklat. Jag insåg tidigt i mitt liv att mitt kall och mitt mål var att utbilda, coacha och stärka människor som jag umgicks med. Genom hårt arbete och lyhördhet har jag hamnat där jag idag är. Jag fick möjlighet att göra min dröm till verklighet.

Jag är säker på att jag ta dig, ditt team, ditt företag, din karriär till nivåer du inte trott var möjligt. Det spelar ingen roll vem du, eller vilka ni var du var från början. Det spelar heller ingen roll vad som hänt tidigare. Det är nu som gäller! Ge mig ett par timmar med dig, ditt lag, din skola, dina elever, ditt säljteam, dina ungdomsbrottslingar eller dina patienter och jag garanterar att jag kommer att ha en positiv påverkan på dem som leder i rätt riktning och till en förändring. Jag inspirerar, utbildar, coachar och bygger upp, allt för att du, eller ditt team skall må bättre och därmed prestera bättre.

Jag ser fram emot att få träffa dig.

Tack / David Samuyiwa







# *Curriculum Vitae*

**April 2022 - December 2022**

**IFK GÖTEBORG FRIIDROTT**  
HUVUDTRÄNARE FÖR SVENSKA  
ELITSPRINTERS

- Tränings- och tävlingstränare
- Planering och genomförande av utbildnings-tillfällen
- Anordna träningsläger utomlands
- Teknisk tränare
- Mental träning

**Aug 2020 - Dec 2022**

**COACH PALMAS ELITE**  
**ATHLETIC ACADEMY**  
SPORTCHEF / ASSISTERANDE TRÄNARE

- Förbereda Sveriges Elit Sprinters för Junior & Senior SM/EM/VM/OS
- Observera och analysera sprintteknik och styrketräning
- Tävlingsförberedelser
- Fitnessstester
- Mental coaching
- Kostrådgivare
- Samarbete med sponsorer och partners

**Sept 2019 - Dec2020**

**ÖRGRYTE FOTBOLLSKLUBB**  
FOTBOLLSTRÄNARE / FYSTRÄNARE

- Kostrådgivare
- Ansvarig för spelarnas fysträning
- Fitnessstester
- Prehab/Rehab programplanering
- Mental träning

**Jan 2017 - Juni 2020**

**ZIVA PERFORMANCE TRAINING CENTRE**  
GRUNDARE

- Klubbchef och Hälsochef
- Personlig Tränare & Coordinator (med 15 tränare)
- Gruppstränare/ coordinator (35 klasser i veckan)
- Sälj & Marknadsföring
- Rekrytering
- Löne- och administratörsuppgifter

**April 2011 – Mars 2012**

**ÖIS A-LAG**  
FYSISK/MENTAL TRÄNARE

- Motivation för att hjälpa lag och individer att nå klubbens eller sina mål
- Rådgivare för friidrottare: Näringslära, vitaminer, mineraler, blodtester, massage och stretching
- Planera och skriva träningsplaner

**Aug 2009 - Dec 2022**

**21ST CENTURY PT SCHOOL (Europa)**  
LÄRARE

- Föreläsare för 21st Century Personal Training School
- Mentor till blivande ledare
- Visionär och pionjär
- Livsstilscoach
- Talangrekrytering
- Motivations- och inspirationstalare
- Personlig Tränare på Elitenivå

**Juni 2008 – Juni 2009**

**NORDIC CLUB HEALTH AND FITNESS**  
CHEF  
(Sverige/Göteborg)

- Daglig drift av anläggningen
- Kundservice
- Personalfrågor
- Personalrekrytering
- Träna, utveckla och assistera personal inom alla områden av försäljning.
- Sätta budget och sätta upp mål (per månad och kvartal)
- Assistera i uppbyggnaden av Nordic Club Franchise
- Avrapportering och planering av framtida projekt

**Jan 2005 – Juni 2009**

**FUSION FUNCTIONAL TRAINING AB**

(Sverige /Göteborg)

FÖRETAGSGRUNDARE/VD

ELITE PERSONAL TRAINER

- Pionjär i användandet av Fustras koncept för tillväxt inom affärsverksamhet och utveckling, för säljning samt marknadsföring.
- Författare till The Fustra Method and Thinking and Acting Outside Of The Box.
- Specialiserad på vikt-, fettminskning och mental / motiverande coaching.
- Utbildning av nya personliga tränare
- Vidareutveckla etablerade personliga tränare
- Erbjudande och utveckla träningsprogram baserade på individuella utvärderingar.

**Jan 2005 – Jan 2008**

**SPORT LIFE**

(Sverige/Göteborg)

KOORDINATOR FÖR PERSONLIG TRÄNING /

ELITE PERSONAL TRAINER

- Kundservice
- Rekrytering och utbildning av personliga tränare
- Avrapportering och veckomöten
- Marknadsföra och planera events
- Personalansvar
- Schemaläggning
- Marknadsföra och sälja gymmet samt personlig träning
- Gruppträningstränare
- Gym- genomgång och uppföljning
- Personlig tränare (Elit nivå)
- Mental träning
- Näringslära i samråd med dietister
- Beräkna försäljning och ekonomisk utveckling för olika områden
- Interaktion med medlemmarna
- Administrativa uppgifter

**Sep 2003 - Nov 2004**

**HOME HOUSE – PRIVATE MEMBERS**

**HEALTH CLUB**

(England/London)

- Gymföreståndare
- Personligtränare (Elitnivå)
- Massör
- Rådgivare i näringslära
- PT/ instruktör inom sporterna: friidrott, rugby, tennis och golf

- Rehabtränare (designade träningsprogram för specifika behov: personer över 50, gravida samt rörelsehindrade.
- Administrativa uppgifter och underhåll av maskiner
- Handledare för träning av gympersonal, veckobasis

**Nov 2002 - Sep 2003**

**S.A.T.S SPORTS CLUB**

(Sverige/Göteborg/Stockholm)

- Personlig tränare (Avancerad nivå)
- Gyminstruktör
- Gruppträningstränare: Box, Cirkelträning och Core
- Motivationstalare
- Rådgivare i näringslära
- PT/ instruktör inom sporterna: friidrott, fotboll, brottning, tennis, golf och ishockey

**Aug 2001 – Nov 2002**

**HOME HOUSE – PRIVATE MEMBERS**

**HEALTH SPA**

(England/London)

- Personlig tränare (Avancerad nivå)
- Massör
- Rådgivare i näringslära
- Specifik instruktör inom sporterna: friidrott, rugby, tennis och golf
- Rehabiliterings tränare. Designade träningsprogram för specifika behov: personer över 50, gravida samt rörelsehindrade.
- Administrativa uppgifter och underhåll av maskiner
- Handledare för träning av gympersonal, veckobasis

**Nov 1999 –Jul 2001**

**CLUCOTE PROVITEN**

(Spain/Canary Islands)

LAG / MENTAL / MOTIVATIONS COACH

- Friidrottstränare, alla nivåer åldrarna 11-40
- Planera och skriva tränings schan
- Rådgivare för friidrottare: Näringslära, vitaminer, mineraler, blodtester, massage och stretchning
- Motivation för att hjälpa lag och individer att nå klubbens eller sina mål
- Utbilda friidrottare i IAAF regler och förordningar

## **AUGUST 1997 - NOVEMBER 1999**

### **CROMBIE CLOTHING**

BOURNEMOUTH / SOUTHAMPTON /  
LONDON  
ASSISTERANDE BUTIKSCHEF/FÖRSÄLJ-  
NINGSCHEF

- Kundtjänst
- Försäljning och Marknadsföring
- Skyltfönster
- Företagsförsäljning
- Eventförsäljning
- Lagerhållning
- Administrativa uppgifter
- Personalutbildning
- Butiksunderhåll
- Varumärkes uppbyggnad

## **OCTOBER 1995 - MARCH 2004**

### **ELITIDROTTARE:**

60M / 100M / 200M SPRINT  
UK / GRAN CANARIA / TENERIFE / SPAIN /  
SWEDEN

- Tävlade för DORSET/ SOUTH WEST  
ENGLAND / ENGLAND / GRAN CANARIA /  
TENERIFE / CANARY ISLANDS
- Tävlade i sex nationella seniormästerskap  
( ENGLISH, BRITISH, CANARY ISLANDS;  
SPANISH, SWEDISH, DANISH )
- Tävlade i över 40 internationella tävlingar i min  
karriär
- Under min karriär så har jag tränat med och  
tävlade mot Olympiska-, Världs-, Europeiska-,  
och Commonwealth guldmedaljörer

## **JANUARY 1995 - AUGUST 1999**

### **TOP RANK LEISURE AND ENTERTAINMENT UK**

#### **SÄKERHETSVAKT**

- Kundsäkerhet
- Konflikthantering
- Personalutbildning
- Personlig säkerhetsvakt åt kända artister
- Övervakningskameror
- Incidentrapporter
- Kommunikation med team och andra säkerhets  
organisationer
- Risk bedömning

## **Jan 1995 – Jul 1999**

### **LITTLEDOWN SPORTS CENTRE**

(England/Bournemouth)  
FITNESS INSTRUKTÖR / PERSONLIG  
TRÄNARE

- Rådgivare inom träning och näringslära
- Motiverade kunder på regelbunden basis så att  
sätta mål uppnåddes
- Grupptränings instruktör upp till 120 personer
- Fitnessmätningar
- Kontorsadministratör

### **För mer information:**

email: [david@davidsam.se](mailto:david@davidsam.se)

Tel. +46 739 59 20 31

[www.davidsam.se](http://www.davidsam.se)

# EDUCATIONS

(Below is a list of some of my main educations)

## ACADEMIC

**Sept. 2017 - Sept. 2019**  
**THE OPEN UNIVERSITY**  
**MASTERS DEGREE:**  
Teaching / Leadership  
Performance Enhancement /  
Personal Development

**September 2005 - May 2017**  
**THE OPEN UNIVERSITY**  
**BA HONS DEGREE:**  
Social Science / Spanish /  
Psychology

**September 1988 - June 1990**  
**VAUXHALL COLLEGE:**  
2 A LEVELS  
English Language  
English Literature

**September 1983 - June 1988**  
**ST MARKS SECONDARY**  
**SCHOOL**  
7 GCSEs  
English, Maths, History,  
Geography, Science,  
Religious Education,  
Physical Education

## HEALTH & FITNESS

**January 2010 - June 2010**  
**DS PERSONAL TRAINING**  
**SCHOOL**  
(Gothenburg / Sweden)  
Personal Trainer / Nutritionist  
Level 4

**Jan. 2013- Dec. 2015**  
**DS PERSONAL TRAINING**  
**SCHOOL ( Workshops )**  
(Gothenburg / Sweden)  
Olympic Lifting /  
Weight & Fat Loss /  
Pre & Post Pregnancy /  
Senior & Youth / Kettlebells /  
Functional Training / Prehab

**Sept. 1997 - Dec. 1997**  
**MASSAGE THERAPIST:**  
Southampton City College

**Sept. 1995 - Aug. 1996**  
**PREMIER PERSONAL**  
**TRAINING SCHOOL**  
Personal Trainer/ Nutritionist  
level 4

## FOOTBALL

**February 2022- November 2023**  
**UEFA**  
**SWEDISH FOOTBALL**  
**FEDERATION:**  
**STRENGTH & CONDITIONING**  
**COACH**

**January 2023**  
**UEFA**  
**UEFA C FOOTBALL COACH**

**January 2023**  
**UEFA**  
**UEFA ELITE YOUTH B**

**January 2023**  
**ENGLISH FA**  
**SAFEGUARDING**  
Working With Children  
6-18 years old

**January 2023**  
**ENGLISH FA**  
**FIRST AID CERTIFICATE**

**January 2021- December 2021**  
**UEFA**  
**UEFA B FOOTBALL COACH**

**January 2021 - December 2021**  
**SWEDISH FOOTBALL**  
**FEDERATION YOUTH A**  
**DIPLOMA**

**August 2021 - November 2021**  
**SWEDISH FOOTBALL**  
**FEDERATION**  
**GOALKEEPER COACH B**

**January 2021 - April 2021**  
**SWEDISH FOOTBALL**  
**FEDERATION**  
**GOALKEEPER COACH C**

**January 2018 - December 2019**  
**SWEDISH FOOTBALL**  
**FEDERATION**  
**YOUTH B DIPLOMA**



