

CV - Curriculum Vitae

Personalialia

Navn: Christine Sundgot-Borgen

Fødselsdato: 22. september 1989

Land: Norge

Telefon: + 47 907 54 948

Mail: c.s.borgen@nih.no



Utdannelse

September-deember 2015

Motiverende samtale (10sp) ved Høgskolen i Oslo og Akershus (HIOA)

Januar 2014/januar 2016

IOC Diploma in Sports Nutrition

Del 1

- Module 1 Energy balance and body composition
- Module 2 Protein needs for exercise; eating for muscle gain
- Module 3 Post-exercise recovery – competition and training
- Module 4 Nutrition for competition preparation
- Module 5 Fluid and fuel intake during competition and training
- Module 6 Weight loss and disordered eating
- Module 7 Vitamins, minerals, anti-oxidants and the athlete's health
- Module 8 Dietary supplements and ergogenic aids
- Module 9 Design, conduct and interpretation of intervention studies in sports nutrition
- Module 10 Special studies module: current controversies in sports nutrition

Del 2

- Module 1 Practical sports nutrition
- Module 2 Sport-specific strategies to enhance performance: endurance and endurance trained sports
- Module 3 Sport-specific strategies to enhance performance: intermittent sports
- Module 4 Practical sports nutrition: sport-specific strategies to enhance performance: strength and power sports
- Module 5 Practical sports nutrition: sport-specific strategies to enhance performance: winter sports
- Module 6 Practical sports nutrition: sport specific strategies to enhance performance: weight- restricted and weight-conscious sports
- Module 7 Nutrition, physical activity and health

- Module 8 Special populations
- Module 9 Nutritional needs in special environments: cold, heat and altitude
- Module 10 Special studies module: analysis and presentation of a sport-specific case study

September 2011/juni 2013

European Master in Health and Physical Activity

1. år

- Biomedical Issues in Health and Exercise (15 sp)
- Behavioral, Educational, and Social Issues in Health and Exercise (15 sp)
- Physical Activity in Children – Physical Activity in the Elderly (15 sp)
- Physical Activity for Special Groups and Movement Therapy (15 sp)

2. år

- Internship/3 ukers modul ved Syddanske Universitet, Odense, Danmark: *Best practice in childhood physical activity and health* (15 sp)
- Internship/3 ukers modul ved Norges Idrettshøyskole, Oslo, Norge: *Psychology of physical activity, exercise and health* (15 sp)
- Vitenskapsteori (5 sp)
- Kvantitativ metodelære (5 sp)
- Statistikk (5 sp)
- Master oppgave (30 sp)

August 2008- juni 2011

Bachelorgrad i idrettsvitenskap; Norges Idrettshøyskole (NIH)

Treåring utdanning innenfor idrettsvitenskap; et år med grunnleggende idrettsvitenskap, videre to år med spesialisering innenfor fysisk aktivitet og helse (Se vedlegg: Vitnemål Bachelor) for mer informasjon om studieinnhold.

August 2005- juni 2008

Idrettslinje, Nadderud Videregående skole, Norge

Jobberfaring

Dato	Stilling	Arbeidsgiver
September 2016-	Doktorgradsstipendiat Prosjekt: Sunn kroppsopplevelse	Norges idrettshøgskole Seksjon for idrettsmedisinske fag
August 2015- januar 2016	Prosjektmedarbeider FAKT <ul style="list-style-type: none"> • 24-h kostholds recall intervju • Styrke testing • Labbtesting (O2, lungefunksjon, laktat, RMR) 	Norges idrettshøgskole Seksjon for idrettsmedisinske fag
August 2015- desember 2015	Høgskolelektor <ul style="list-style-type: none"> • Foreleser i Nutrition and physical activity 	Norges idrettshøgskole Seksjon for fysisk prestasjonsevne
Fra 2014- 2016	Universitetslektor <ul style="list-style-type: none"> • Emneansvarlig for: 1. <i>Idrett, helse og ernæring</i> og 2. <i>Trenerrollen i et helse- og livsstils perspektiv</i> • Foreleser i fysisk aktivitet og helse, idrettsernæring og Examen Facultatum • Veiledet på bacheloroppgave • Intern sensor • Representant for Tromsøundersøkelsen, Stand <i>Fysisk aktivitet</i> under Forskningsdagene 	UIT Norges Arktiske Universitet, Idrettshøyskolen
Fra 2014- 2016	Kostholdsveileder og foredragsholder <ul style="list-style-type: none"> • Kostholdsforedrag for utøvere, foreldre og trenere innen ulike idrettsgrupper • Kostholdsveiledning med utøvere 	Olympiatoppen Nord-Norge
Fra 2014	Foredragsholder <ul style="list-style-type: none"> • Foredrag for ulike grupper av unge idrettsutøvere • Matlagingskurs for større grupper 	Sunn Jenteidrett
2013-2014	Vitenskapelig assistent <ul style="list-style-type: none"> • Veiledet på bacheloroppgave • Utarbeidet spørreskjema • Skrivning av artikkel • Koordinering av eksterne forelesere • Retting av arbeidskrav • Oppfølging av bachelorstudenter • Utvikling av treningsprogram for jenter i behandling for forstyrret spiseatferd eller spiseforstyrrelse • PT for ung jente med overvekt 	Norges Idrettshøyskole
2013-2014	Fagadministrativ førstekonsulent Fitness basis <ul style="list-style-type: none"> • Emneansvarlig Fitness basis • Koordinering av forelesere og timeplan • Sensor på PT praksis eksamen • Sitte i faggruppen • Ansvarlig for Fitness Awards • Oppfølging av markedsføringsplan • Oppdatering av webside • Oppfølging av studenter 	Norges Idrettshøyskole

2012	Personlig trener <u>Prosjekt:</u> ” BodyPump , <i>personlig trener, muskelstyrke, kroppssammensetning</i> ” <ul style="list-style-type: none"> • Personlig trener for overvektige kvinner 	Norges Idrettshøyskole
2011	Laboratorium teknikker <ul style="list-style-type: none"> • Lungefunksjonstester 	OUS Rikshospitalet
2010-2011	Prosjektmedarbeider <u>Prosjekt:</u> ” <i>Idrett, helse, kropp og prestasjon</i> ” <ul style="list-style-type: none"> • Innsamling av data • Punshing av data 	Norges Idrettshøyskole
2010-2011	Styrketreningsinstruktør <u>Prosjekt:</u> ” <i>Styrketrening for seniorer</i> ” <ul style="list-style-type: none"> • Utarbeiding av styrkeprogram • Styrketreningsinstruktør for gruppe 	Norges Idrettshøyskole
2008-2011	Prosjektmedarbeider “Vektregulering blant toppidrettsutøvere”	Norges Idrettshøyskole

Publikasjoner

- *Masteroppgave:* Physical activity level and sedentary time in Norwegian adolescents

<http://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/171894>

- *Artikkel:* Så sunt at det blir sykt: Ortoreksia nervosa, en sykkelig fiksering på riktig mat

<http://www.fysio.no/Media/Files/NIM-nr-1-20142>

Bokkapitel

Sundgot-Borgen, C & Sundgot-Borgen, J. (2016). Nutrition and eating disorder. In: N. Armstrong & W. Mechelen. The Oxford Textbook of Children’s Exercise Science and Medicine. Oxford University Press

Uttalelser

Budstikka:

<http://www.budstikka.no/nyheter/treningseksperter-fa-unge-gjor-det-riktig-1.8387653>

<http://www.budstikka.no/helg/eksperter-advarer-mot-kroppsfokuset-til-unge-1.8380961>

<http://www.budstikka.no/ekstremlop/maraton/sport/okende-interesse-for-ekstremlop/s/5-55-338890>