



Adrian Frost

**Zertifizierter Senior Projektmanager GPM, IPMA (Level B)
Diplom-Ingenieur (FH) | Zertifizierter Scrum Master**

- Mehr als 20 Jahre Erfahrung im internationalen Projektmanagement mit breitem Branchen-Know-how im öffentlichen Sektor und in der Industrie
- Expertise in IT-Transformationen, Rechenzentrumsmigrationen und Prozessoptimierungen sowie in klassischen, agilen und hybriden Projektmethoden
- Führung und Steuerung komplexer Programme und Multistakeholder-Projekte
- Strukturierte Arbeitsweise und ausgeprägte Umsetzungsstärke
- Persönlich überzeugend, flexibel und ergebnisorientiert

Freihorstfeld 49 | 30559 Hannover
fro@frostprojects.de | 0151 65141117

Anlagen – Lebenslauf, Projektliste, Zeugnisse



LEBENS LAUF

PERSÖNLICHE DATEN

Geburtsdatum/-ort 09.06.1969 in Luzern, Schweiz
Staatsangehörigkeit schweiz, deutsch
Familienstand verheiratet, 3 Kinder
LinkedIn [linkedin.com/in/adrian-frost-7623b872/](https://www.linkedin.com/in/adrian-frost-7623b872/)
Website frostprojects.de

PROFESSIONELLE FÄHIGKEITEN

Projektmanagement	IT-Transformation	Rechenzentrumsmigration
Prozessoptimierung	Programmsteuerung	Stakeholdermanagement
Agile Methoden	Interimsmanagement	Dienstleistersteuerung

BERUFSERFAHRUNG

11.2014 – heute Frost Projects, Hannover

Freiberuflicher Senior Projektmanager GPM/IPMA (Level B) | Interims Manager

- Leitung und Steuerung komplexer IT- und Transformationsprojekte in unterschiedlichen Branchen und Organisationen
- Beratung von Auftraggebern und Projektleitungen zu Themen rund um Projektmanagement, Organisationsentwicklung und Prozessoptimierung
- Aufbau, Einführung und Weiterentwicklung von Projektmanagement- und Anforderungsprozessen (klassisch, agil, hybrid)
- Planung, Steuerung und Kontrolle von Projekten hinsichtlich Zeit, Budget, Qualität und Risiken
- Koordination und Steuerung interner Teams sowie externer Dienstleister und Partner
- Einführung und Optimierung von Tools und Systemen im Projekt- und IT-Umfeld (z. B. Collaboration- und PM-Tools)
- Analyse bestehender Strukturen und Entwicklung nachhaltiger Lösungs- und Umsetzungskonzepte
- Durchführung von Workshops und Coaching sowie methodische Unterstützung von Projektbeteiligten und Führungskräften
- Übernahme von Interimsfunktionen mit fachlicher und organisatorischer Verantwortung

Erfolge (Auswahl):

- Digitalisierung eines landesweiten Fachverfahrens (eBeihilfe) inkl. APP, Integration in Enterprise-Architekturen und Aufbau einer Scanlösung
- Optimierung von Geschäfts- und IT-Prozessen mit messbarem Einfluss auf Effizienz und Steuerungsfähigkeit (z. B. Callcenter-/Outbound-Steuerung)
- Etablierung neuer Technologien und Architekturen (z. B. Containerisierung, IPv6, Self-Service-Lösungen, RZ Umzügen)



[Hier eingeben]

Adrian Frost

Freihorstfeld 49 | 30559 Hannover
fro@frostprojects.de | 0151 65141117

- 01.2017 – 04.2018 ICAMO Solutions GmbH, Hannover
Geschäftsführer und Gesellschafter
- Beratung und Vertrieb von QM-Lösungen (AWENKO.QM) sowie Erschließung neuer Branchen und Aufbau eines Multivendor-Konzepts
- 11.2012 – 10.2014 Talanx Systeme AG, Hannover
Projektleiter
- Teilprojektleitung im Programm Zielbebauung, ZBB+ SAP FS-PM, FS-CD
- 09.2000 – 10.2012 Höft & Wessel AG, Hannover
Senior Projektmanager
- Steuerung komplexer, internationaler Projekte mit hohem Integrationsgrad
- 04.2000 – 09.2000 Berufliche Auszeit (Trekking in den Pyrenäen sowie Aktivsegeln)
- 04.1997 – 03.2000 MBI Software Company GmbH, Osnabrück
Consultant und Projektleiter

STUDIUM

- 10.1992 – 04.1997 Fachhochschule Rosenheim, Rosenheim
Abschluss: Diplom-Ingenieur (FH)
- Ausbildung der Ausbilder (AdA-Schein nach AEVO)
 - REFA-Ingenieur

ZUSATZQUALIFIKATIONEN UND ZERTIFIZIERUNGEN

- 06.2025 – 08.2025 2. Rezertifizierung Certified Senior Projectmanager IPMA (Level B)
- 02.2024 – 02.2024 ITIL 4 Foundation Certificate in IT Service Management
- 04.2020 – 04.2020 1. Rezertifizierung Certified Senior Projectmanager IPMA (Level B)
- 03.2019 – 03.2019 Professional Scrum Master I (PSM 1), Scrum.org
- 04.2014 – 12.2014 IPMA Projektmanagementzertifizierung (Level B) | Studienarbeit:
„Multiprojektmanagement im Spannungsfeld einer internationalen, multikulturellen Projektorganisation“

WEITERE FÄHIGKEITEN UND KENNTNISSE

- | | |
|----------------|--|
| Sprachen | Deutsch, Muttersprache
Englisch, verhandlungssicher
Spanisch, Grundkenntnisse |
| IT-Anwendungen | Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, Outlook), SharePoint
Projektmanagement-Tools: Jira (Kanban), Azure DevOps, Confluence, MS Project, Planview, Cando, BCS, HP ALM, SAP R/3, psnext
Collaboration: Lotus Notes |

Hannover, 20.09.2026

Adrian Frost