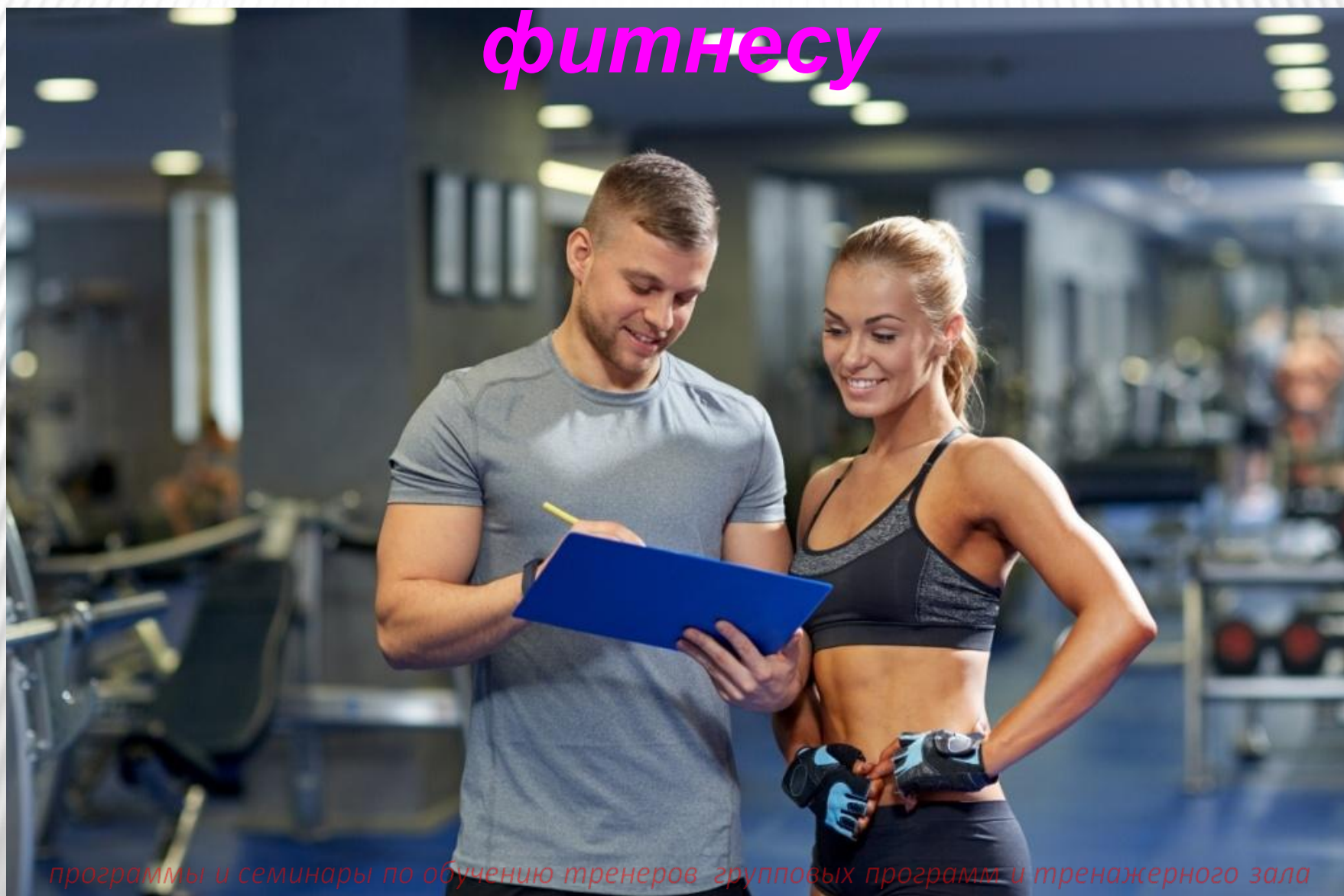


Подготовка тренеров по фитнесу



программы и семинары по обучению тренеров групповых программ и тренажерного зала

**Почему
мы?**



Подготовка тренеров по фитнесу

Большой выбор программ и семинаров

Обучение тренеров групповых программ и тренажерного зала

**Продолжительность:
6 – 8 часов**



Очень много новых форматов • Все семинары сертифицированы

Подготовка тренеров по фитнесу

Петли trx

Кинезиотейпирование

ДРТ

Основы
функционального
тренинга

flex fit

Работа с диагностической
сеткой (коррекция
осанки)



Методические пособия • Практика

Подготовка тренеров по фитнесу

Работа с гирями

**Работа с функциональной
разметкой**

**Техника выполнения
силовых упражнений**

Работа с цепями

**Силовые упражнения
в гамаках**



Возможно индивидуальное обучение по Вашему запросу

А также:

**Составление
индивидуальных
программ по питанию**

**Мотивация
к здоровому
образу жизни**

**Диетологическое
сопровождение**



Профессиональные тренеры

Баранов Сергей

**Сертифицированный специалист.
Опыт работы в фитнесе – более 15
лет.**

Закончил Московскую Государственную Академию Физической Культуры по специальности «лечебная физкультура-реабилитация».

Медицинское образование, разряд по гимнастике, владение методикой доктора Бубновского.

Действующий персональный тренер:
коррекция веса, лечебная физкультура, силовые тренировки, реабилитация и другое.



СЕРГЕЙ БАРАНОВ

Персональный тренер зала

Спортмен-разрядник по спортивной гимнастике и легкой атлетике, специалист по лечебной физической культуре и массажу, выпускник РГУФК

Подготовка тренеров по фитнесу

Профессиональные тренеры



Профессиональные тренеры

Шелкова Алена

**Стаж работы в фитнесе – более 15 лет.
Про-мастер сети в фитнес-клубе
(Москва). Сертифицированный
специалист
по фитнесу (обучалась в России и
Италии).**

Высшее спортивное образование –
Челябинский Государственный Университет.
Сдан кандидатский минимум.
КМС по спортивной акробатике.

**Инструктор лечебной физкультуры.
Разработчик программы
«Силовые упражнения в гамаках».**



Подготовка тренеров по фитнесу

Профессиональные тренеры



Профессиональные тренеры

Будасси Маргарита

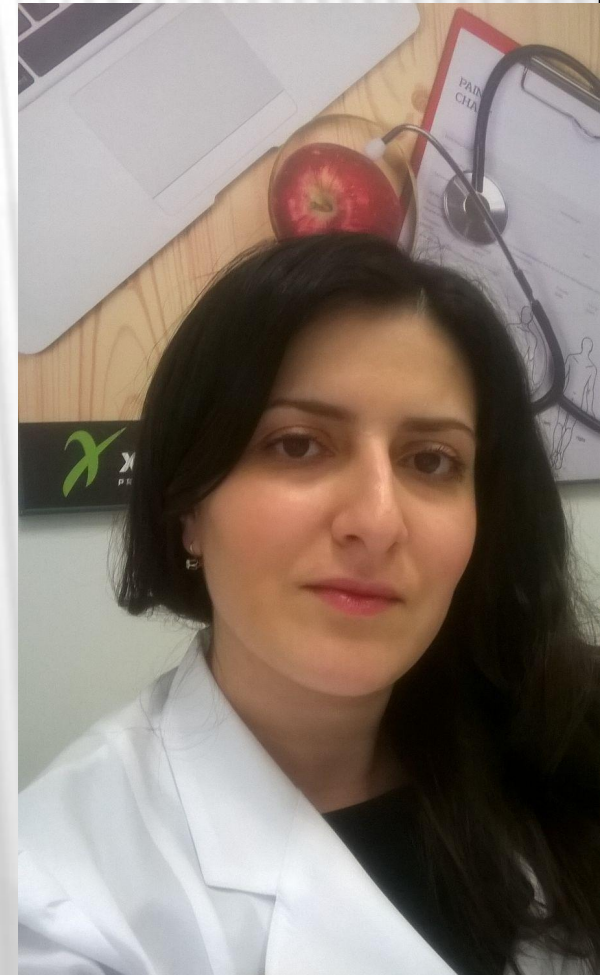
Стаж работы в фитнесе – более 7 лет.

Сертифицированный специалист по кинезиотейпированию, нутрициологии, лабораторной диагностике нативной крови.

Закончила Московский медико–стоматологический Университет им. Евдокимова.

Диетологическое сопровождение. Владение лучшими методиками по определению состава тела

и мышечного тонуса. Формирование комплексного подхода к режиму питания, тренировок, набора мышечной массы. Ведение школы здорового питания с тематическими лекциями.



Подготовка тренеров по фитнесу

Контакты:

salve2020@mail.ru

8 919 966 31 61

8 926 595 34 97

8 916 771 83 42

