

Personal Trainer



Luogo **Lombardia, Milano**
<https://www.annunci.it/x-201849-z>

Oltre 40 anni di esperienza di allenamento, anche a livello agonistico, e di insegnamento in diversi settori tra cui:

- Allenamento corpo libero;
 - Allenamento con pesi, TRX, elastici;
 - Arti marziali (C.N. 4° Dan, 3° posto ai campionati italiani 1985)
 - Nuoto e nuoto pinnato (1° posto in varie gare a livello regionale), nuoto master (traversate laghi)

Percorsi Principali:

- Qualifica di Istruttore e Allenatore Sportivo conseguita a Roma con il CONI nel 1984.
 - Istruttore di Karate
 - Master in Natural Peaking (alimentazione naturale per lo sport e dimagrimento)
 - Diploma di Operatore Olistico del Massaggiatore Sportivo (CSEN)

Mi propongo per:

- allenamenti individuali, di coppia o di gruppo, indoor e outdoor
 - impostazione programma alimentare per ricomposizione corporea (diminuzione massa grassa, aumento massa magra)

Z

Personal Trainer

http://www.wenjuan.com/s/it11742018100

7

<https://www.annuncici.it/x-201849>

Personal Trainer

<https://www.annuncici.it/x-2018499>

Interest

卷之三

<https://www.annunciici.it/x-201849>

Personal Trainer

<https://www.annuncici.it/x-201849>

111

1000

 <https://www.annuncio.it/x-201849>

A QR code located on the right side of the page, with the text "Personal Trainer" positioned below it.

<https://www.annuncici.it/x-201849>

四庫全書

卷之三

www.annunci.it <https://www.annunci.it/x-201849>

Personal Trainer

<https://www.annunci.it/x-201849>