

Personal trainer e Arti marziali Difesa personale



Luogo **Lombardia, Milano**
<https://www.annunci.it/x-568448-z>

Buongiorno, se stai leggendo il mio annuncio è perché sei alla ricerca di un personal trainer e stai decidendo di cambiare la tua situazione attuale e già questo è un primo passo importante verso il cambiamento.

Io sono Alberto, sono un personal trainer e insegnante di arti marziali / difesa personale e ho 36 anni. Come ho anticipato SONO un personal trainer e non FACCIO il personal trainer, questo perché ho dedicato e continuo a dedicare la mia vita a questo, ho iniziato a praticare arti marziali a 8 anni, sport da combattimento in adolescenza e nello stesso periodo anche l'attività in palestra con la pesistica, svolgo questa professione da ormai 13 anni.

Nella mia vita sportiva ho avuto, ovviamente, alti e bassi, so bene cosa significa ricominciare da zero, più di una volta, dopo un serio infortunio, conosco il sacrificio e conosco il fallimento, ma conosco anche la gioia di raggiungere l'obiettivo prefissato.

Quindi se sei davvero motivato/a a cambiare o a raggiungere un determinato scopo, se sei disposto/a a fare sacrifici, a non arrenderti davanti alla prima difficoltà o davanti al fallimento e sei disposto/a ad investire su te stesso/a, in questo caso possiamo sentirci o vederci per una consulenza gratuita.

Io alleno a domicilio o all'aperto perché ti assicuro che la palestra non è per forza fondamentale e per allenarsi bastano due metri quadri.

Non sono un bodybuilder, sono una persona normale, con tanto allenamento ed esperienza alle spalle che vuole seguire persone normali, che hanno difficoltà nel raggiungere quello che vogliono, che hanno uno scopo, che vogliono cambiare e che sono motivate davvero a farlo, seguo anche persone che devono recuperare da un infortunio o che vogliono stare semplicemente bene con sé stessi, i miei

allenamenti sono strutturati in base alle necessità del cliente, sia per il fitness che per la difesa personale. Io sono una persona normale, con tanto allenamento ed esperienza alle spalle che vuole seguire persone normali, che hanno difficoltà nel raggiungere quello che vogliono, che hanno uno scopo, che vogliono cambiare e che sono motivate davvero a farlo, seguo anche persone che devono recuperare da un infortunio o che vogliono stare semplicemente bene con sé stessi, i miei allenamenti sono strutturati in base alle necessità del cliente, sia per il fitness che per la difesa personale.



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>



Personal trainer e Arti marziali
Difesa personale

<https://www.annunci.it/x-568448-z>