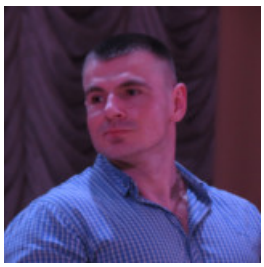
Рубан Михайло



ФІТНЕС ТРЕНЕР, 25 000 ГРН.

19 грудня 2023 Місто: Київ

Вік: 36 років
Режим роботи: повний робочий день
Категорії: Керівництво, Туризм та спорт, Інші пропозиції

✔ Перебуваю в шлюбі ✔ Є діти

Увійдіть або зареєструйтеся на сайті як роботодавець, щоб бачити контактну інформацію.

Опис

Резюме:

Рубан Михайло Михайлович

Дата народження: 24.02.1990

Бажана посада: персональний тренер

Досвід роботи: більше 15 років

Навички:

Складання індивідуальних програм тренувань і харчування з метою: набір м'язової маси, підтримання фізичної форми, спалювання жиру. Консультації по правильному харчуванню консультації з прийому спортивного харчування. Проведення персональних тренувань різного спрямування.

Професійні навички:

Уміння грамотно скласти тренувальний план на основі як пріоритетів спортсмена, так і його фізичних кондицій «Тонка» підводка спортсмена до змагань.Уміння складати спортивну дієту для спортсменів різного віку, статі і т.д. Допомога і чітка страховка в процесі тренувань.

Про мене:

Майстер спорту міжнародного класу з Пауерліфтингу та його окремих дисциплін та з сурового підйому на біцепс. Триразовий Чемпіон світу з пауерліфтингу та його окремих дисциплін, чемпіон області по армреслінгу. Член збірної області по армреслінгу. Рефері національної категорії.