



## **Чигвинцева**

### **Анна**

Персональный тренер  
тренажерного зала  
(опыт работы тренером более  
3 лет)

#### **Образование:**

- РГУ им. Плеханова(Экономист)
- МГУКИ(Педагог-хореограф)
- Медицинский колледж МИИТ(Фельдшер)
- FPA(Профессиональный тренер по бодибилдингу и фитнесу)
- Институт профессионального массажа(массажист)

#### **Специализация:**

- Коррекция фигуры
- Снижение веса
- Восстановление двигательной активности после травм
- Тренировки при беременности и в послеродовой период
- Набор мышечной массы
- Коррекция осанки
- Составление программ питания
- Стретчинг
- Миофасциальный релиз
- Силовой тренинг
- Функциональный тренинг

#### **Личные достижения:**

Серебряный призер чемпионата Москвы по бразильским единоборствам



**Душаев Ленур**  
Персональный  
тренер  
Тренажерного зала  
(опыт работы 3 года)

• **ОБРАЗОВАНИЕ:**

Мелитопольский педагогический университет им.  
Богдана Хмельницкого

**Факультет:** Физическая культура и спорт

**Специализация:**

- Функциональный тренинг
- Реабилитация
- ОФП,ЛФК
- Набор мышечной массы
- КроссФит

**Достижение:**

КМС по жиму лежа



## **Минаев Алексей**

Персональный  
тренер  
тренажерного зала

(опыт работы  
тренером более 5  
лет)

### **Образование:**

Российский Университет Дружбы Народов  
Академия Бодибилдинга и Фитнеса,  
персональный тренер по бодибилдингу и фитнесу

### **Специализация:**

- Развитие силовых способностей и увеличение мышечной массы
- Проведение тренировок на английском языке
- Функциональный тренинг
- Коррекция фигуры
- Восстановление двигательной активности после травм
- Коррекция осанки
- Профессиональная подготовка к соревнованиям по силовым видам спорта
- Составление программ питания.

### **Личные достижения:**

МСМК по жиму лежа

Чемпион и призер Открытого Чемпионата Москвы по жиму лежа

Победитель турнира «Кремлевский жим».



## **Рыбалко**

### **Олег**

Персональный тренер  
тренажерного зала  
(опыт работы тренером  
более 5 лет)

#### **Образование:**

Георгиевский колледж Физической культуры и  
Спорта

#### **Специализация:**

- Профессиональная подготовка к соревнованиям в категориях бодибилдинг, фитнес
- Развитие силовых способностей и увеличение мышечной массы
- Функциональный тренинг
- Коррекция фигуры
- Подготовка к соревнованиям по бодибилдингу и фитнесу
- Тренировки с детьми от 10 лет
- Составление программ питания
- Восстановление двигательной активности после травм

#### **Личные достижения:**

Призер Московской области по бодибилдингу  
Действующий спортсмен.



## **Арестов Александр**

Персональный  
тренер  
тренажерного зала  
(опыт работы  
тренером  
более 5 лет)

### **Образование:**

Московская Финансовая Промышленная Академия.  
Высшая школа фитнеса и бодибилдинга  
(Персональный тренер по бодибилдингу и фитнесу)

### **Специализация:**

- Развитие силовых способностей
- Проведение тренировок на английском языке
- Увеличение мышечной массы
- Функциональный тренинг
- Кроссфит
- Тяжелая атлетика
- Подготовка к соревнованиям по бодибилдингу и фитнес бикини
- Уменьшение жировой массы тела
- Коррекция осанки



## Орехов Кирилл

Персональный  
тренер  
Тренажерного зала  
(опыт работы  
тренером  
более 8 лет)

**Образование:** Национальный исследовательский технологический университет «МИСиС».

Международная Федерация Фитнеса и Бодибилдинга  
WBBF WFF

Центр Подготовки Профессионалов Фитнеса «Олимп»,  
персональный тренер по бодибилдингу и фитнесу

**Специализация:**

- Развитие силовых способностей и увеличение мышечной массы
- Функциональный тренинг
- Коррекция фигуры
- Составление программ питания
- Восстановление двигательной активности после травм
- Составление программ питания

**Личные достижения:**

МС по жиму лежа

МС по народному жиму лежа

МС по пауэрлифтингу

КМС по плаванию

Чемпион Москвы и МО по пауэрлифтингу и жиму лежа.



## **Кургинян Давид**

Персональный  
тренер  
Тренажерного зала  
(опыт работы  
тренером  
более 3 лет)

### **Образование:**

Российский Национальный Исследовательский  
Медицинский Университет им. Н.И. Пирогова  
Специализация «Лечебное дело»

### **Специализация:**

- Развитие силовых способностей и увеличение мышечной массы
- Функциональный тренинг
- Коррекция фигуры
- Составление программ питания
- Восстановление двигательной активности после травм
- Составление программ тренировок.

### **Достижения:**

Мастер Спорта по Армрестлингу  
Многokратный призер чемпионатов РФ, Европы и  
мира  
Чемпион Европы по армрестлингу.



**Клим Георгий**  
Персональный тренер  
Боевых искусств  
(опыт работы более 10  
лет)

- **Образование:**  
Белорусский национальный технический Университет.
- **Специализация:**
- **Бокс, Тайский бокс, Кикбоксинг (К-1)**
- -Функциональный тренинг;
- -коррекция фигуры
- -ОФП
- -Подготовка к соревнованиям
- **Достижения:**
- Многократный призер республики Беларусь.
- Чемпион Польши по Таиландскому боксу.
- Вице-чемпион по К-1 2015 года.