



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
Многочисленный 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.