



NEMES JOHANNA

a FunctionalFit brand
egyik oktatója

KAPCSOLAT:



+36 20 498 4386



info@egeszsegkozpont-buda.hu



www.egeszsegkozpont-buda.hu



facebook.com/
functionalfitegeszsegkozpont



FUNCTIONALFIT EGÉSZSÉGKÖZPONT

Nemes Johanna (Jojó) vagyok, a FunctionalFit legújabb oktatója, mellette klinikai gyermekpszichológia mesterszakos hallgató.

Óvodáskorom óta sportolok, úszással kezdtem, majd párhuzamosan karatéra és akrobatikus rock and roll-ra váltottam. A harcművészet és a tánc érdekes és igen hasznos kombinációt alkotott. Mindkettő az erőről és a koordinációról szólt, jól kiegészítették egymást. A tánc sokáig elkísért, 2 évig kisgyerekek segédedzőjeként dolgoztam.

A FunctionalFithez sportsérülésem rehabilitációja során véletlenül kerültem, azonnal megtetszett ez a szemléletmód. Versenyzői múltam ráébresztett az egészségmegőrzés elsődlegességére, a biztonságos megerősödés fontosságára. A FunctionalFit ezen célokat szem előtt tartva biztosítja a fizikai és mentális fejlődést. Szeretném, ha minél több emberhez eljutna ez a módszer!

Ha fontosnak tartod, hogy hosszútávon is csúcsformában maradj testileg-lelkileg, keress bátran!

VÉGZETTSÉGEK:

International Wellness Institute – Fitness Instrktor