



NÉMETH ÁKOS

személyi edző

KAPCSOLAT:



+36 20 498 4386



info@egeszsegkozpont-buda.hu



www.egeszsegkozpont-buda.hu



facebook.com/
functionalfitegeszsegkozpont



FUNCTIONALFIT EGÉSZSÉGKÖZPONT

Németh Ákos vagyok, a FunctionalFit edzője. Nem csak a jelenlegi, korábbi életemet is végig kísérte a sport, hisz versenyszerűen BMX-eztem több, mint 10 évig, majd ezzel párhuzamosan kezdtem el a funkcionális és az erőnléti edzés iránt érdeklődni. Magamon tapasztaltam, hogy a rendszeres sport mellett is szükséges egy jól felépített, hétköznapi mozgáselemekből összeállított edzésterv követése. Edzéseimen fontos célként tűzöm ki, hogy vendégeim ne csupán "letudják" a napi gyakorlatadagot, hanem egy tanulási folyamaton keresztül meg is értsék, és önállóan is végre tudják hajtani őket.

Nagyon örülök, hogy a FunctionalFit csapatát erősíthetem, hiszen a magas szakmai színvonal mellett az edzések mindig jó hangulatban telnek, így kikapcsolódhatsz testileg és szellemileg egyaránt.

Keress bátran, akár egészségesebben szeretnél élni és mozogni, akár a sportoló vagy és a teljesítményeden javítanál.

VÉGZETTSÉGEK:

Testnevelési Egyetem – Rekreációs szervezés és egészségfejlesztés

IWI – Funkcionális Trainer

MBSC – Certified Functional Strength Coach – Level 1