

SCHREIBER GÁBOR

Személyi edző

IWI-International Wellness Institute – Fitness-testépítés edző
IWI-International Wellness Institute – Személyi edző

10 éve foglalkozom a testépítéssel és az egészséges életmód népszerűsítésével. Személyi edzéseimen főképp a hagyományos edzésformákat, valamint a saját testsúlyos gyakorlatokat alkalmazom, kombinálva a modern edzésmódszerekkel és eszközökkel. Munkám során figyelembe veszem az életkori sajátosságokat és az egyéni adottságokat, hiszen ezek kisebb-nagyobb mértékben eltérőek, és ehhez tervezem meg a megfelelő edzésmódszert.

Együtt, céljaidat, igényeidet figyelembe véve, egyénre szabott edzéstervvel és étrenddel, tudatos edzésmódszerrel eredményesen érjük el a kitűzött célt.

Bármilyen is legyen a célod, formálódás, fogyás vagy testépítés, fordulj hozzám bizalommal!



+36 30/8498126



gaborschreiber88@gmail.com



www.atvaltozas.com