



25 Ετών

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο
Θεσσαλονίκης

ΠΟΛΗ ΔΙΑΜΟΝΗΣ

📍 Πειραιάς

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

📞 6948087345

✉ alexnoutsis@outlook.com

ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

- ✖ Εκπόνηση Εργασιών
- ✖ Προσωπικές Σημειώσεις
- ✖ Φροντιστηριακές Σημειώσεις
- ✖ Χρήση Εξωσχολικών Βιβλίων
- ✖ Συχνά Διαγωνίσματα
- ✓ Διδασκαλία σε Γκρουπ
- ✖ Δωρεάν το 1ο Μάθημα
- ✖ Μαθητές Δημοτικού
- ✖ Μαθητές Γυμνασίου / Λυκείου
- ✖ Μαθησιακές Δυσκολίες
- ✖ Υποστήριξη Φοιτητών
- ✖ Προετοιμασία Πανελλαδικών

ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ

🔗 Προσωπική Σελίδα

Αλέξανδρος Νούτσης

Personal Training - Online Coaching

👤 Όλα τα Επίπεδα | 🎓 Εμπειρία 4 ετών | 📍 Εξ' Αποστάσεως

Αθήνα, Πειραιάς, Μαθήματα μέσω Teams

Είμαι πτυχιούχος του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του ΑΠΘ με ειδικότητα ποδοσφαίρου (δίπλωμα UEFA B). Έχω σημαντική επαγγελματική εμπειρία σε γυμναστήρια ενώ τα τελευταία 4 χρόνια αναλαμβάνω ατομικές προπονήσεις. Σκοπός μου είναι να βελτιώσω την ποιότητα ζωής σου. Θα σε βοηθήσω να δείχνεις, να αισθάνεσαι και να αποδίδεις καλύτερα στην καθημερινότητά σου. Όλες οι προπονήσεις σου διαμορφώνονται με επιστημονικά κριτήρια που ταιριάζουν απόλυτα στους στόχους σου. Δεν θα χρειάζεται, δηλαδή, να αγχώνεσαι για το εάν αξίζει ο χρόνος και ο κόπος που αφιερώνεις στην προπόνησή σου. Εσύ ορίζεις τις επιθυμίες σου και εγώ προσαρμόζω το πρόγραμμα στις ανάγκες σου είτε πρόκειται για βελτίωση αντοχής και κινητικότητας είτε πρόκειται για αύξηση μυϊκής μάζας και δύναμης. Είμαι στη διάθεσή σου για οποιαδήποτε απορία, βοήθεια ή διευκρίνιση!

Εκπαίδευση

2017-2021

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού,
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης (ΑΠΘ).

Επαγγελματική Εμπειρία

2022-σήμερα

Online Coaching.

2022

Γυμναστής στο Gym and Tonic Fitness Center.

2022

Γυμναστής στο Curves Charilaou.

2023-2024

Γυμναστής στο FitBee The Wellness Project.

2024

Γυμναστής στο BodyAction Gym.