

**28 Ετών**

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

ΠΟΛΗ ΔΙΑΜΟΝΗΣ

📍 Αθήνα

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

📞 6983610739

✉ Δείτε το Email

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
- 📘 Facebook Σελίδα
- 🌐 LinkedIn Σελίδα

Γωγώ Καλλιακούδα

Online Personal Trainer

🐾 Όλα τα Επίπεδα | 🎓 Εμπειρία 5 έως 10 ετών | 📍 Εξ' Αποστάσεως

Πανελλαδικά, Μαθήματα μέσω Skype

Είμαι καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής και πιστοποιημένη Personal Trainer, Pilates Instructor και Functional Trainer. Προσφέρω εξατομικευμένες online προπονήσεις (μέσω Skype, Zoom, Viber, Messenger) που σχεδιάζονται ανάλογα με τις ανάγκες και τους στόχους σας, μέσα από την άνεση του σπιτιού σας. Τα προγράμματα σχεδιάζονται ανεξαρτήτως φυσικής κατάστασης ή εμπειρίας στην άσκηση. Εστιάζω στην προσαρμοστικότητα και στην προσωπική προσέγγιση του καθένα από εσάς. Εσείς θα χρειαστείτε μόνο την καλή σας διάθεση και ελάχιστο αθλητικό εξοπλισμό έως και καθόλου. Κάθε προπόνησή σας, θα είναι μία νέα πρόκληση και μία νέα ευκαιρία για εσάς, για να φτάσετε και να ξεπεράσετε τους στόχους σας. Επικοινωνήστε μαζί μου σήμερα, για να οργανώσουμε την πρώτη σας προπόνηση!

Εκπαίδευση

- Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (ΤΕΦΑΑ), Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.
- Πιστοποιήσεις ως Personal Trainer, Pilates Instructor (MAT and Equipment), TRX Instructor, Fitness Instructor (Functional Training).

Επαγγελματική Εμπειρία

- Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής στα ΤΕΦΑΑ Θεσσαλίας.
- Προϋπηρεσία σε γυμναστήρια, κέντρα αποκατάστασης και ειδικό σχολείο.
- Προπονήσεις και σε ειδικούς πληθυσμούς (prenatal, postnatal, αποκαταστατική άσκηση).