



***** *****

Gyvenimo aprašymas (CV)

Norėdami matyti vardą ir pavardę, turite
[Prisijungti](#)

Kokio darbo ieškau? Mano teigiamos savybės

IEŠKAU PAPILDOMO TRENERĖS DARBO(RYTAIS)

Geras asmeninis treneris moka įvertinti žmogaus sveikatos problemas, fizinį aktyvumą, gyvenimo būdą ir sugeba sukurti sportavimo programą, kurios dėka stiprėja ir atsigauna kūnas.

PASLAUGOS: asmeninės treniruotės. sporto programų sudarymas, maisto planai.

Dirbu trenere daugiau kaip 10 metų. Siūlau pradėti sportuoti kartu su manimi.

Pageidaujamas darbas Treneriai

Pageidaujama darbo vieta Kaunas

Kontaktai ir pagrindinė informacija apie mane

Gimimo data 1984-08-17 (41 m.)

Lytis Moteris

Gyvenamoji vieta Kaunas

Telefono numeris
 Norėdami matyti kontaktus, turite
[Prisijungti](#)

El. pašto adresas
 Norėdami matyti kontaktus, turite
[Prisijungti](#)

Darbo patirtis

Darbo laikotarpis **nuo 2007.09 iki 2016.02**

Įmonės pavadinimas PASIMATYMAS GYM

Darbo sritis Treneriai

Pareigos Trenerė

Darbo laikotarpis **nuo 2017.09 iki dabar**

Įmonės pavadinimas Fitcut24/7

Darbo sritis Treneriai

Pareigos Asmeninė trenerė

Išsilavinimas

Laikotarpis	nuo 2013.09 iki 2016.06
Išsilavinimas	Aukštasis universitetinis
Mokymosi įstaiga	KTU
Išsilavinimo sritis	Vadyba ir verslo administravimas
Sritis	Vadyba

Laikotarpis	nuo 2017.03 iki dabar
Mokymosi įstaiga	LSU
Išsilavinimo sritis	Sportas
Sritis	Treneris

Kalbos

Kalbos	Kalbėjimas	Supratimas	Rašymas
Lietuvių	Puikiai	Puikiai	Puikiai
Rusų	Puikiai	Puikiai	Gera
Vokiečių	Gera	Gera	Gera
Anglų	Gera	Gera	Vidutiniškai

Kompiuterinis raštingumas

Microsoft, office, adobe photoshop.

Konferencijos, seminarai, mokymai

3-oji mokslinė-praktinė konferencija „Fiziniai pratimai sveikatinimui ir reabilitacijai“ .

Egidijos Talalienės paskaitą apie Mindfulness.

Mityba: mokslas ir praktika . A. Sujeta.

„Kardiotreniruotė. Atleto širdis“ Lektorius- prof. habil. dr. A. Kriščiūnas.

"Sveika mityba ir veika gyvensena" Mitybos specialistė Eglė Saulevičienė.

"Tempimo pratimai apsaugo nuo pirmalaikio senėjimo" Albertas Skurvydas

"Maisto papildai" R. Kairaitis.

" Mitybos principai didinant raumenų apimtį ir deginant riebalus" A.P.