



ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Белнес-клуб

ФИТНЕС ДЕПАРТАМЕНТ
Тренеры



ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Велнес-клуб

Тренеры

Подольский Алексей

Велнес консультант

Дата рождения: 10.09.1981г.

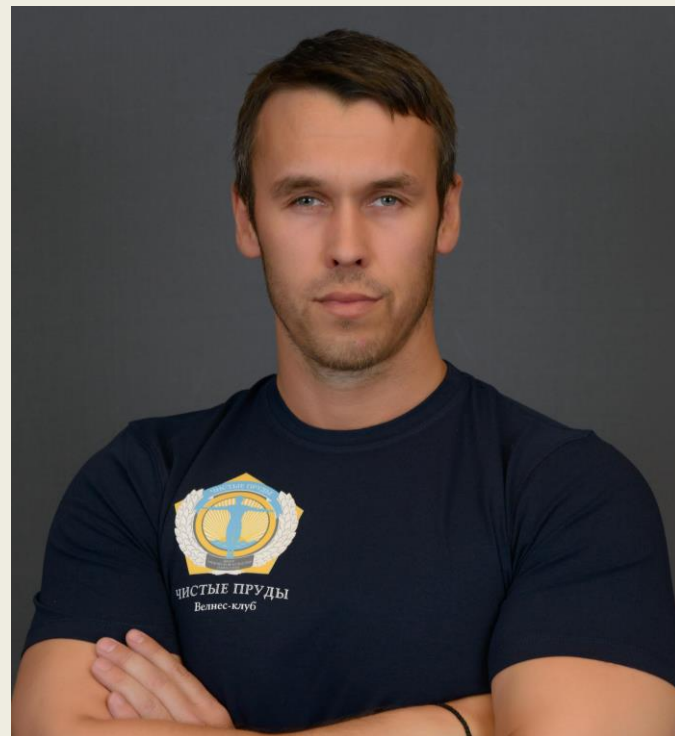
Направления: Персональный тренинг (в тренажерном зале, тренинг и спарринг по настольному теннису, пилатес и пилатес на реформере). Футбол, хоккей.

Образование: Университет физкультуры и спорта ИМ. А.Ф. Лесгафта, менеджмент, бакалавр физической культуры

Достижения: вице Чемпион мира по фитнесу 2005; Чемпион Европы по фитнесу 2006; Мистер Вселенная по фитнесу 2006; Чемпион России по фитнесу 2006;

Опыт работы: с 1999 года.

Дополнительное образование: Дипломированный специалист РМА 2011 г (Пилатес Метод Альянса) Америка.





ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Велнес-клуб

Тренеры

Шилин Юрий

Инструктор тренажерного зала

Дата рождения: 12.11.1974г.

Направления: Персональный тренинг (тренажерный зал, функциональный тренинг, пилатес мат, стретчинг).

Образование: Коломенский педагогический университет.
Факультет физкультуры и спорта.

Аспирантура Коломенского педагогического университета. 1-й взрослый разряд по спортивной гимнастике.

Достижения: Призёр чемпионата Москвы инструкторов по аэробике.

Опыт работы: с 1996 года.





ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Бизнес-клуб

Тренеры

Боронилов Иван

Инструктор тренажерного зала

Дата рождения: 30.12.1990г.

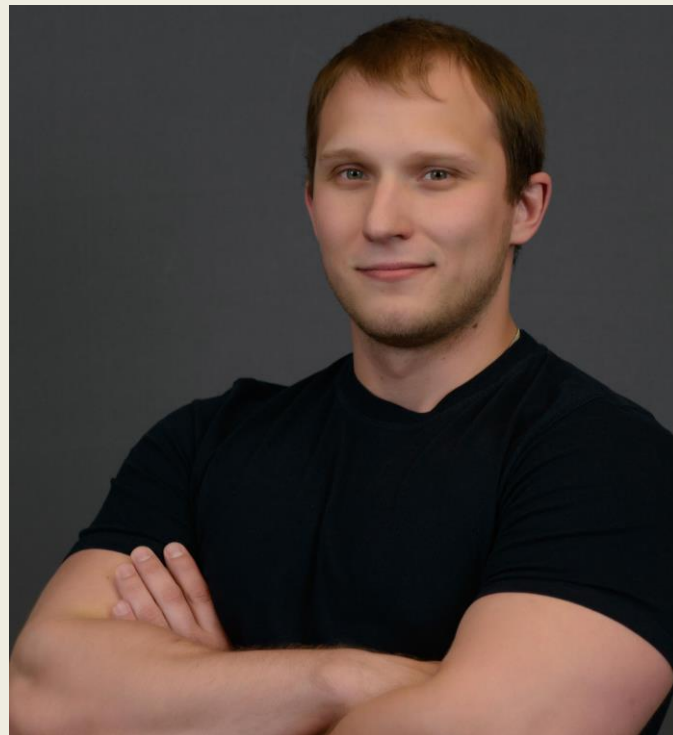
Направления: Персональный тренинг (тренажерный зал, функциональный тренинг)

Образование: Московский институт физической культуры и спорта. Педагог физической культуры.

Достижения: КМС по пауэрлифтингу, участник чемпионата Европы и чемпионатов России по «жиму лёжа»

Опыт работы: с 2010 года.

Дополнительное образование: Институт восстановительной медицины, медицинский массаж.





Васильева Татьяна

Тренер водных программ

Дата рождения: 25.01.1992г.

Направления: Персональный тренинг (плавание, тренажерный зал, функциональный тренинг, crossfit, детский фитнес, гребля академическая – Concept2, волейбол)

Образование: Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Российский государственный гуманитарный университет - Лингвистика

Достижения: МС по академической гребле, КМС по волейболу

Опыт работы: с 2012 года.

Дополнительное образование: курсы по составлению индивидуальных тренировочных планов в сочетании « бассейн – зал», рекомендации по питанию, обучение по направлениям « Аэробика и степ-аэробика, базовый уровень », «Body Ballet, базовый уровень», « Pilates, базовый уровень», миофасциальный релиз, тейпирование





ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Бизнес-клуб

Тренеры

Малова Любовь

Тренер водных программ

Дата рождения: 30.05.1982 г.

Направления: Персональный тренинг (плавание для детей и взрослых, грудничковое плавание, функциональный тренинг в воде аквааэробика, функциональный тренинг в тренажерном зале)

Образование: Российский Государственный Университет Физической Культуры и Спорта.

Специальность - Циклические виды спорта

Опыт работы: с 2002 года.

Дополнительное образование: Сертифицированный специалист по аквааэробике американской ассоциации EAE, сертифицированный тренер babyswimming.





ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Велнес-клуб

Тренеры

Сорокина Жанна

Тренер водных программ

Дата рождения: 21.01.1983 г.

Направления: Персональный тренинг (плавание для детей и взрослых, лечебное плавание)

Образование: Удмуртский государственный университет физкультуры и спорта. Специальность – физическая культура и спорт

Достижения: Мастер спорта России по плаванию, чемпионка и рекордсменка Удмуртской Республики по плаванию. Участница Чемпионатов России и призёр первенств России по плаванию.

Опыт работы: с 2009 года.

Дополнительное образование: курсы обучения – аквааэробика, спортивное питание





ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Велнес-клуб

Тренеры

Краснов Борис

Инструктор тренажерного зала

Дата рождения: 05.02.1977г.

Направления: Персональный тренинг (в тренажерном зале, функциональный тренинг, ЛФК, реабилитация, детский фитнес).
Международный опыт

Образование: Российский Государственный Университет Физической Культуры. Педагог физической культуры и спорта, тренер преподаватель по тяжелой атлетике.

Достижения: Мастер спорта международного класса по тяжелой атлетике. Член сборной команды России, чемпион России, Европы, Мира среди молодежи, призер чемпионатов Мира, Старший лейтенант СКА МЧС России, чемпион Вооруженных сил России.

Опыт работы: с 2007 года.





ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Велнес-клуб

Тренеры

Егоров Олег

Тренер по единоборствам

Дата рождения: 23.12.1965г.

Направления: Бокс, реабилитация

Образование: Государственный центральный ордена Ленина институт физической культуры

Достижения: неоднократный чемпион и призер всероссийских и всесоюзных соревнований по боксу, мастер спорта СССР

Опыт работы: с 1995 года.

Дополнительное образование: Магистратура в международной академии остеопатии (Г. Прага, 2015). Массажист, реабилитолог, магистр остеопатии.





ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Велнес-клуб

Тренеры

Харизова Ольга

Инструктор по йоге

Дата рождения: 01.07.1984г.

Направления: Персональный тренинг (хатха-йога и аштанга-виньяса-йога, инь-йога, йога-нидра, циклическая медитация)

Образование: Российская академия предпринимательства, управление персоналом

Опыт работы: с 2010 года.

Дополнительное образование: Сертификат стандарта International Yoga Federation, American Yoga Alliance, образование в Индии (Хатха – йога, Аштанга-виньяса-йога, Айенгар – йога, техника пранаямы)





ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Велнес-клуб

Тренеры

Родионов Максим

Инструктор по йоге

Дата рождения: 22.06.1982г.

Направления: Персональный тренинг (хатха-йога)

Образование: Пензенский государственный педагогический университет им. В.Г. Белинского, Пенза, Факультет Физической культуры

Достижения: профессионально спортивная карьера (борьба, регби)

Опыт работы: с 2009 года.

Дополнительное образование: курс для преподавателей в йога центр Б.К.С.Айенгара.

Учился и посещал семинары у таких инструкторов как Дмитрий Перетрухин, Наталья Сенина, Андрей Сидерский, Елена Ульмасбаева, Филипп Егоров, Шон Корн, Шарат Джойс, Денни Парадайз.

www.prudi.ru





ЧИСТЫЕ ПРУДЫ
Бизнес-клуб

Тренеры

Глазов Владимир

Тренер по настольному теннису

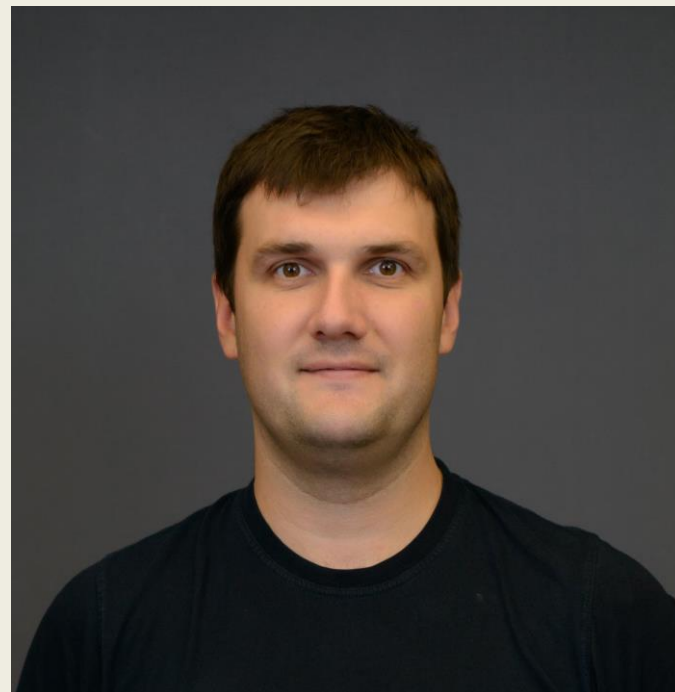
Дата рождения: 29.07.1980г.

Направления: Персональный тренинг и спарринг по настольному теннису, детский фитнес

Образование: Государственный Университет Физической Культуры спорта и туризма, Москва. Специальность: физическая культура и спорт, тренер по настольному теннису

Достижения: Мастер спорта России по настольному теннису, член молодежной сборной России, чемпион г. Москвы, призер чемпионатов России и мира среди юниоров

Опыт работы: с 2000 года.





Колесникова Елена

Доктор функциональной диагностики

Дата рождения: 27.01.1975г.

Направления: Кардиопульмональное тестирование, определение состава тела и соматометрия, консультации кардиолога и ЭКГ, оценка функции легких

Образование: Кандидат медицинских наук, врач-кардиолог, врач функциональной диагностики

Достижения: член американского и европейского общества кардиологов, член европейского общества по профилактике и реабилитации сердечно-сосудистых заболеваний, ассистент кафедры пропедевтики внутренних болезней Российского национального исследовательского медицинского университета имени Н.И. Пирогова. Победитель в номинации лучшая научная работа европейского общества кардиологов в 2010г. (Швейцария).

Опыт работы: с 2000 года.

Дополнительное образование: Обучение по проведению спирозргометрии (наше тестирование) в Италии и Швейцарии.

