



ALLENATI CON ME

PERSONAL TRAINER

Simone Biggio

Definisciti con tre aggettivi: **Solare - Curioso - Determinato**

Curriculum:

Laurea in scienze motorie - Massoterapista MCB

Allenatore di pallavolo 2° FIPAV

Preparatore atletico professionistico

Specializzazioni:

Allenamento funzionale

Ginnastica posturale

Riatletizzazione

Preparazione atletica sport e performance

Tonificazione

Dimagrimento

Ipertrofia

Power Yoga

Pilates

Sport preferito: **Pallavolo**

Attività preferita in Palestra:

Potenziamento - Mobilità Forza funzionale - Postura e salute

Perché un socio dovrebbe fidarsi di te?

Educare significa "tirare fuori" penso che il modo giusto di vivere lo sport sia esattamente questo, aiuto le persone a farlo nel migliore dei modi, in salute e con professionalità. "SII LA MIGLIOR VERSIONE DI TE STESSO" questo è il mio motto, insieme si può fare!