



Mauro Tosa

Esperienza

2002 proprietario Bar Comune di Napoli
Presidente presso ASD B.B. Extremo (Napoli)
Presidente presso ASD Sporting club Belvedere (Napoli)
2006 Presidente presso ASD Palestra Personal Trainer (Cecina)
2024 Presidente presso ASD Fitness LAB (Cecina)

Istruzione

Diploma di scuola media inferiore
Diploma Istruttore Bodybuilding
Attestato di Giudice di gara
Attestato corso di formazione HACCP
Attestato primo soccorso BLS
Attestato Addetto alla sicurezza con Tesserino Riconosciuto
Attestato di REC

Competenze

Inglese: livello base
Uso del PC: buono

Profilo Professionale

Istruttore di fitness e personal trainer. Con maturata esperienza nel settore fitness e body builder da oltre 30 anni. Specializzato nella cura del corpo, promuovo il benessere come stile di vita sano. Creo programmi di allenamento e nutrizione personalizzati per ottimizzare il risultato e la salute della persona. Investo molto nel monitoraggio dei progressi del cliente ed insegno l'uso corretto delle attrezzature. La mia missione è il benessere della persona che comincia da uno stile di vita sano: lo sport e la corretta alimentazione rappresentano la garanzia di una qualità di vita migliore.



Via Val di Cecina 46
Cecina (Li)



3442874636



Bigbosspt77@gmail.com

MAURO TOSA