

ΑΓΓΕΛΟΣ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ

Ευκαλύπτων 28, Περιστερί

aggelos.triantafillou1106@gmail.com

6988093306

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Προπονητής Αθλημάτων με άθλημα εξειδίκευσης Ασκήσεις με Αντιστάσεις

I.I.E.K. ΑΛΦΑ

2019 – 2021

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ - ΣΥΝΕΔΡΙΑ

Health & Fitness Experts Digital Meeting Vol.3 New Season Grand Opening

Studio One 04-05/09/2021

Παχυσαρκία: Από την Αιτιοπαθογένεια στη Θεραπεία

Ελληνική Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης & Ελληνική Ιατρική Εταιρεία Παχυσαρκίας

24/04/2021

18ο Πανελλήνιο Επαγγελματικό Συνέδριο Fitness Meeting 2021

Πανελλήνιος Σύνδεσμος Γυμναστηρίων

- 16-17-1ersonal training
 - Λήψη ιστορικών, δημιουργία και επίδειξη προγραμμάτων γυμναστικής, επίβλεψη οργάνων
- Γραμματειακή 8/04/2021*

Συμμετοχή σε σεμινάρια του Education Festival 2021

Mediterranean College & I.I.E.K. ΑΛΦΑ

12/04 Υγιής Γήρανση και Συμμετοχή: Η Πρόληψη στη Γήρανση

19/03 Social Skills στον Τομέα της Προπονητικής

Strength & Conditioning: Ο Ρόλος των Καθισμάτων στην Αθλητική

Απόδοση

18/03 Τεχνικές Αυτοάμυνας

16/03 Ενδυνάμωση σε Άτομα Με Ειδικές Ανάγκες

15/03 Αθλητική Ψυχολογία: Ο Ρόλος της Σχέσης Αθλητή Προπονητή

Health & Fitness Masters Digital Meeting Vol.2 Do Something for a Cause

Studio One 23-24/01/2021

Health & Fitness Experts Digital Meeting

Studio One 05-06/12/2020

Η Φιλοσοφία & η Μεθοδολογία των Τμημάτων Υποδομής του Ολυμπιακού Σ.Φ.Π.

I.I.E.K. ΑΛΦΑ

05/03/2020

Διημερίδα στα πλαίσια του προγράμματος coachforce21 “The Voice of the Coach”

Πανελλήνια Ομοσπονδία Προπονητών Αθλημάτων

14-15/02/2020

Αντιμετώπιση Επειγόντων Περιστατικών

Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση

25/11/2019

Η Αξιοποίηση των Αυθεντικών Ταλέντων

I.I.E.K. ΑΛΦΑ

06/11/2019

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

Πρακτική Άσκηση | Curves

2020 – 2021

- Εκμάθηση οργάνων σε ασκούμενες και επίβλεψη τους
- Απόκτηση εμπειρίας στη μέθοδο της κυκλικής προπόνησης
- Βελτιστοποίηση και απόκτηση εμπειρίας σε ικανότητες επικοινωνίας και διόρθωσης ασκούμενων

Μπουφέ - Barista | Δημοτική Κοινοφελής Επιχείρηση Πετρούπολης

2021

- Εργασία σεζόν σε αναψυκτήριο του δήμου
- Παραγωγή καφέδων και ροφημάτων
- Εξυπηρέτηση πελατών σε προϊόντα όπως popcorn, μπύρα draught κ.α.
- Βελτιστοποίηση επικοινωνιακών ικανοτήτων

Γυμναστής | Yava Fitness Center

2021 - Έως σήμερα

- Λήψη ιστορικών, δημιουργία και επίδειξη προγραμμάτων γυμναστικής, επίβλεψη οργάνων
- Personal training
- Γραμματειακή υποστήριξη (χρήση λογισμικού γυμναστηρίου κ.α.)

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

- Πτυχίο Proficiency Αγγλικής γλώσσας
- Πολύ καλή γνώση χρήσης Η/Υ
- Γνώση πρώτων βοηθειών