



**ANYTIME
FITNESS.**



▲ 教學經歷：

- 福華飯店包班 - TRX 團課老師
- 植健身 - 壺鈴團課老師、TRX 團課老師、互動式拳擊團課老師、循環肌力團課老師
- 內湖妮飛 - TRX 團課老師、互動式拳擊團課老師
- 內湖練一下 - TRX團課老師、互動式拳擊團課老師
- 東區FitStudio - TRX團課老師、互動式拳擊團課老師
- 公館動趣體能訓練空間 - TRX團課老師
- 民生體線運動 - 互動式拳擊團課老師
- 民生社區X-JUMPING - TRX團課老師
- 小巨蛋/古亭force - TRX團課老師、互動式拳擊團課老師
- 小巨蛋Go-Gym - TRX團課老師
- 萬華CV玩家體適能訓練中心 - TRX 團課老師、肌力核心團課老師、壺鈴團課老師
- 永和power force fitness - TRX 團課老師、互動式拳擊團課老師、循環肌力團課老師
- 內湖愛舞空間 - 徒手肌力團課老師
- 蘆洲Anytime fitness - TRX 團課老師、互動式拳擊團課老師
- 蘆洲Energy - TRX團課老師、互動式拳擊團課老師
- 好動空間 - TRX團課老師
- 板橋江翠國中 - TRX團課老師

▲ 專業證照：

ACE- CPT (Certified Personal Trainer) / TRX-STC / Thump Boxing L1+2 / Kettlebell Quest IKT Level 1 / AED+CPR certificate / 體適能健身C級指導員



▲ 教授課程：

TRX / 互動式拳擊 / 壺鈴 / 私人教練

ANN

林庭安