

# אנא-אל דהרי

מאמנת כושר מוסמכת



## תקציר

מאמנת כושר מוסמכת, בעלת תעודה מטעם מכללת "וינגייט" בעלת תואר ראשון בחינוך וחברה BA. ניהול חנות פיצה - אחראית משמרת, ניהול הזמנות וניהול עובדים ניהול עסק עצמאי של מלצרות - ניהול אירועים ושבתות חתן מנהלת מכירות במשרד רואי חשבון. בעלת תעודה בקורס "שוק ההון" מטעם מכללת פסגות.

## פרטים אישיים

0502098061

[anaeld.dahari.fitness@gmail.com](mailto:anaeld.dahari.fitness@gmail.com)

רישיון נהיגה

A1, B

תאריך לידה

21/10/1996

## ניסיון תעסוקתי

### מדריך חברתי, עמותת סחלבים, מודיעין-מכבים-רעות

נובמבר 2019 - אוקטובר 2021

- מדריכה חברתית בשעות הלא פורמליות של ביי"ס. עבודה עם ילדים. תקשורת בינאישית טובה

### ניהול חנות פיצה, עצמאית, פיצה מבוא חורון

אוקטובר 2016 - מרץ 2019

ניהול חנות פיצה  
ניהול הזמנות מול ספקים לחידוש מלאי בעסק  
ניהול צוות והכשרת עובדים חדשים בחברה  
שירות לקוחות

### איש מכירות, משרד רואי חשבון, ראשון לציון

יולי 2019 - נובמבר 2019

תכנון והובלת פרויקטים חדשים  
מכירות טלפוניות ופתיחת תיקי לקוחות  
עמידה ביעדי המכירות  
עמידה בלוחות זמנים וניהול זמן

### מנהלת עסק, מילצור אירועים ושבתות חתן, מבוא חורון

ספטמבר 2016 - דצמבר 2020

ניהול עסק עצמאי של מילצור אירועים  
ניהול מלצרים  
שיווק ופרסום של העסק

### מדריכת חדר כושר, משרה חלקית, מודיעין-מכבים-רעות (PROFIT)

מאי 2022

בעלת הסמכה למדריכת חדר כושר מטעם וינגייט  
מאמנת בחדר כושר  
מאמנת כושר אישית - כוח, פונקציונאלי, אירובי

### מאמנת כושר קבוצתית, +A, מועצה אזורית גזר

אוגוסט 2022

אימוני קבוצות של נערות, בחברת +A  
בהדרכת אריאל יעקובסון,  
אימוני כוח כבדים שמשלבים אירובי ודגש על סיבולת לב ריאה.

מאמנת כושר, סטודיו חטיבת יהל"ום (משרה חלקית), שוהם

## שפות

עברית

אנגלית

ינואר 2023

אימוני קבוצות לנערים ונערות בגילאי ז'-ט', בהדרכת המאמן תומר וסרמן  
אימוני כוח שמשלבים אירובי בדגש על סיבולת לה ריאה, , עבודה על יציבות, שיווי  
משקל, העלאת מסת שריר ועוד

## השכלה

**תואר ראשון, הקריה האקדמית אונו (89)**

אוקטובר 2016 - יולי 2019

תואר ראשון בחינוך עם נוער בסיכון. עבודה מעשית עם נערים בסיכון  
תקשורת בינאישית טובה

## קורסים

**אימון עסקי**

ספטמבר 2021 - ספטמבר 2021

**שוק ההון, מכללת פסגות**

## שירות צבאי

**שירות לאומי**

ספטמבר 2014 - אוגוסט 2016

תפקידי היה להפיק אירועים בעיר ראש העין, הפקנו לא מעט אירועי תרבות בשיתוף  
מחלקת החינוך ומחלקות שונות בעירייה, בשיתוף נוער ואזרחים וותיקים, שנתיים  
משמעותיות מאוד בשבילי.  
הייתי שותפה לפגישות בעירייה, ועל ההחלטות שהתקבלו מבחינת תקציבית.  
רכשתי ידע וניסיון שעזר לי באירועים שהפקתי. ידעתי להפיק אירוע מאפס -עד  
לרמת הגמר שלו כולל הנחיית אירוע, מתן משימות וארגון עובדים ביום האירוע  
עצמו.

## התנדבויות

**מתנדבת פעילה, משטרת ישראל**

דצמבר 2020 - אוקטובר 2021

מתנדבת במשטרת ישראל מעל לשנה וחצי,  
אוהבת לתרום למען המדינה שלנו

## תחביבים

אוהבת מאוד לרוץ, מתאמנת קבוע בחדר כושר פעמיים בשבוע, אוהבת לשיר ולטייל  
בטבע

## ממליצים

אבי מנהל סניף פרופיט מודיעין

0537705595

אריאל בעלים, +A אימונים לנערות

0525477564

תומר וסרמן

0529255301