Cześć! Jesteś tu a to oznacza, że pragniesz zmiany. Z ogromną chęcią Ci pomogę oraz będę Cię skutecznie motywował i wspierał podczas Twojej drogi do celu. Twój sukces to także mój sukces.

Posiadam bogate doświadczenie, które zdobyłem jako dowódca wojskowy. Podczas mojej służby byłem odpowiedzialny za wyszkolenie fizyczne moich podopiecznych w ramach czego przeprowadziłem setki godzin zajęć grupowych oraz treningów indywidualnych.

Kwalifikacje trenera personalnego uzyskałem na Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu gdzie szkoliłem się pod okiem prof. dr. Tadeusza Stefaniaka.

Moja wiedza i doświadczenie pozwoliły mi objąć funkcję trenera przygotowania motorycznego w KS Futsal Team Brzeg - drużynie Polskiej Ekstraklasy Futsalu. Jestem odpowiedzialny za przygotowanie siłowe, szybkościowe i kondycyjne szesnastu piłkarzy. Prowadzę grupowe treningi specjalistyczne i funkcjonalne oraz zajęcia indywidualne.

Trening siłowy to moja pasja i uwielbiam dzielić się nią z ludźmi. Prowadzę profil na instagramie gdzie dzielę się gotowymi treningami z użyciem obciążenia klasycznego, TRX oraz gum oporowych. Odwiedź mój profil @tata.pompuje a przekonasz się, że jest z czego wybierać.

Prywatnie jestem szczęśliwym mężem i spełniającym się tatą dwóch słodkich dziewczynek. Poza treningiem siłowym interesuję się piłką nożną, gotowaniem i programowaniem.

Bruce Lee powiedział *aby przebyć tysiąc mil, trzeba zrobić pierwszy krok.* Nie czekaj - rozpocznij swoją przemianę i spotkajmy się na treningu.