



NAŠI TRENÉŘI

BRNO TECHNOLOGICKÝ PARK

BRNO NOVÉ SADY

KARVINÁ

OLOMOUČ ASO MARRETTO

OLOMOUČ BEA CENTRUM

OSTRAVA CENTRO PARK

OSTRAVA ORCHARD

OSTRAVA ZÁBŘEH

Brzy

PAVEL GRATCL

FITNESS TRENER

POMŮŽU TI:

- SHODIT TUK A ZPEVNIT POSTAVU
- NABRAT SVALY A SÍLU
- ZLEPŠIT FYZICKOU KONDICI
- POSÍLENÍ STŘEDU TĚLA (CORE)
- TRÉNINKOVÝ PLÁN NA MÍRU
- JÍDELNÍČEK NA MÍRU
- POMOC ZAČÁTEČNÍKŮM VE FITNESS

ELEMENT
GYM



PAVELGRATCL148@SEZNAM.CZ



773 552 706



PAVEL_GRATCL



VOJTECH JURICKA

INDIVIDUÁLNÍ PLÁN NA MÍRU
FORMOVÁNÍ POSTAVY A PODPORA
REDUKCE TUKU
BUDOVÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
TEJPOVÁNÍ A EFEKTIVNÍ REGENERACE
VHODNÉ PRO ZAČÁTEČNÍKY I
POKROČILÉ
ZÍSKEJ VÍC ENERGIE A SEBEVĚDOMÍ!



COACHING.FLOWFIT@GMAIL.COM



774 090 727



TRENER_VOJTA



ALEX BAJKALOV

OSOBNÍ A KONDIČNÍ TRENER
HUBNUTÍ S NABÍRANÍ SVALŮ
TRÉNINKOVÝ PLÁN A JÍDELNÍČEK NA
MÍRU
ZLEPŠENÍ DRŽENÍ TĚLA A
ODSTRANĚNÍ BOLESTÍ
ONLINE COACHING



ALEX.BAJKAL@SEZNAM.CZ



777 165 705



ALEXBAJKALOV





ALEŠ DRAJSAJTL

PROFESIONÁLNÍ FITNESS TRENER
HUBNUTÍ, NABÍRÁNÍ SVALŮ
I NÁRŮST SÍLY
TRÉNINKOVÝ PLÁN NA MÍRU



ALESOS888@GMAIL.COM



739 044 902



ADCOACHING.CZ



KRISTÝNA DVOŘÁČKOVÁ

REDUKCE HMOTNOSTI A NABÍRÁNÍ
SVALOVÉ HMOTY

SILOVÉ A KONDICNÍ TRÉNINKY

SESTAVENÍ TRÉNINKOVÉHO
PLÁNU A JÍDELNÍČKU

ONLINE COACHING

POMOC ZAČÁTEČNÍKŮM VE FITKU



TYNA.DVORACKOVA@GMAIL.COM



773 046 252



TYNKADV



JEVHEN ANDRIJENKO

PROFESIONÁLNÍ TRENÉR
SILOVÝ A KONDIČNÍ TRENÉR
SESTAVENÍ TRÉNINKOVÉHO
PLÁNU A JÍDELNÍČKU
ONLINE COACHING



ANDRIJENKOJEVHEN@GMAIL.COM



608 293 100



YEVHENIY__Y.A



JITKA ADLEROVÁ

OSOBNÍ TRÉNINKY
TRÉNINKOVÉ PLÁNY
REDUKCE TUKU
NABÍRANÍ SVALOVÉ HMOTY
ZVÝŠENÍ SÍLY
ZVÝŠENÍ SEBEVĚDOMÍ
ZÁVODNÍ PŘÍPRAVA
LEKCE PÓZINGU



JITA.A@SEZNAM.CZ



775 331 011



JITKAADLEROVA



SÁRA NECHMAČOVÁ

OSOBNÍ TRÉNINKY
SKUPINOVÉ LKCE
JÍDELNÍČKY NA MÍRU
TRÉNINKY S VRCHOLOVÝMI SPORTOVCI
I ZAČÁTEČNÍKY
NAVYŠENÍ SEBEVEDOMÍ A ZLEPŠENÍ FYZICKÉ
STRÁNKY TELA



NECHSA1@SEZNAM.CZ



775 331 011



NECHMACOVAAA



ŠIMON JANDÁSEK

PROFESIONÁLNÍ FITNESS TRENÉR
DIAGNOSTIKA A NÁPRAVA POHYB. APARÁTU
SILOVÉ A FUNKČNÍ TRÉNINKY
HUBNUTÍ I NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
TRÉNINKOVÉ PLÁNY A JÍDELNÍČKY NA MÍRU
POJĎME ŽÍT LÉPE



FITNESS.JANDASEK@GMAIL.COM



723 788 435



FITNESS_JANDASEK



KAROLÍNA MAŇASOVÁ

SILOVÉ A KONDIČNÍ TRÉNINKY
REDUKCE TUKU
NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTNÝ
FORMOVÁNÍ POSTAVY VÝŽIVOVÉ
PORADENSTVÍ
TRÉNINKY PRO ZAČÁTEČNÍKY
MOTIVACE A SEBELÁSKA



MANASOVA.KAROLINA@SEZNAM.CZ



604 407 455



MANASOVA.K_



LUKRECIUS CHANG

KRUHOVÝ TRÉNINK
KICKBOX (TECHNIKA NA LAPY)
BOJOVÁ UMĚNÍ - PŘÍPRAVA
NA ZÁPASY



LUKRECIUS.KISS@GMAIL.COM



733 551 848



LUKRECIUSCHANG



JELÍNEK JAN

PROFESIONÁLNÍ FITNESS TRENÉR
INSTRUKTOR ZDRAVOTNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVY
VÝŽIVOVÝ PORADCE, JÍDELNÍČKY NA MÍRU
FYZIOMASÉR

1 TRÉNINK ZDARMA
INDIVIDUÁLNÍ TRÉNINKOVÉ PLÁNY
SM SYSTÉM - STABILIZACE
A MOBILIZACE PÁTEŘE
ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ
KRUHOVÉ TRÉNINKY
REDUKCE HMOTNOSTI



TRENER.JELINEK@SEZNAM.CZ



608 026 764



JELÍNEK JAN - INSTRUKTOR FITNESS-FYZIOMASÉR



DAVID BRECHER

OSOBNÍ I SKUPINOVÉ FUNKČNÍ TRÉNINKY
SILOVÉ, HUBNOUCÍ, ZDRAVOTNÍ
A VYTRVALOSTNÍ TRÉNINKY
VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ
ZMĚNA ŽIVOTNÍHO STYLU



D.BRECHER@CENTRUM.CZ



604 696 966





ELEMENT
GYM

ONDŘEJ LUCZKA

SILOVÁ PŘÍPRAVA
NABÍRÁNÍ SVALŮ, HUBNUTÍ
POSILOVÁNÍ S VLASTNÍM TĚLEM
REHABILITAČNÍ CVIČENÍ



ONDRACTIVE@GMAIL.COM



735 069 471



LUCCI_ON



PAVEL KLIMEŠ

DIAGNOSTIKA POHYBU
SILOVÁ A KONDIČNÍ PŘÍPRAVA
REHABILITACE A MOBILIZACE
BUDOVÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
NUTRIČNÍ PORADENSTVÍ



PAVELKKCOACH@GMAIL.COM



732 563 092



PAVELKLIMES_



NIKOLA KOLEČÁŘOVÁ

ROZVOJ SÍLY I FYZICKÉ ZDATNOSTI
ZPEVNĚNÍ TĚLA A NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
OSOBNÍ TRÉNINKY A SKUPINOVÉ LEKCE
ÚPRAVA ŽIVOTOSPRÁVY



KOLECAROVANIKOLA@SEZNAM.CZ



736 754 809



OLOMOUCKATRENERKA



ONDŘEJ KUBÍK

SILOVÝ A KONDIČNÍ TRÉNINK
NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
REDUKCE TUKU
KRUHOVÉ TRÉNINKY
JÍDELNÍ PLÁNY



PUNTA2306@SEZNAM.CZ



605 994 461



ONDREJ_KUBIK_



A portrait of Filip Baroš, a young man with short blonde hair, wearing a red t-shirt with a black chevron design and the word 'ELEMENT' in white. He has his arms crossed and is standing in front of a background with red and blue geometric shapes.

FILIP BAROŠ

DIAGNOSTIKA A NÁPRAVA
POHYBOVÉHO APARÁTU

SILOVÉ A KONDIČNÍ TRÉNINKY

KALISTENIKA, STREETLIFTING

NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTY

REDUKCE TUKU



FILIPBAROS48@GMAIL.COM



775 995 561



FILIP.BAROS



A woman with long blonde hair, smiling, wearing a red t-shirt with 'ELEMENT GYM' on it and a black skirt. She is standing against a background of large red and pink geometric shapes.

BARBORA DOSTÁLOVÁ

INDIVIDUÁLNÍ TRÉNINKOVÉ
PLÁNY NA MÍRU

REDUKCE HMOTNOSTI
A FORMOVÁNÍ POSTAVY

SILOVÝ A FUNKČNÍ TRÉNINK

CORE TRAINING – STABILITA A STŘED TĚLA

ODSTRAŇOVÁNÍ SVALOVÝCH DYSBALANCÍ

KONDIČNÍ PŘÍPRAVA VE SPORTECH



DASTYFIT@GMAIL.COM



731 285 333



BARBORADOSTALOVA



PETRA BRUJEVIČOVÁ

INDIVIDUÁLNÍ TRÉNINKOVÉ
PLÁNY NA MÍRU

REDUKCE HMOTNOSTI
A FORMOVÁNÍ POSTAVY



PETRA.BRUEV@EMAIL.CZ



725 322 300



BONCHATKO_26



HELENA URBAN SOVOVÁ

SILOVÉ A KONDIČNÍ TRÉNINKY

REDUKCE TUKU

NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTY

JÍDELNÍ PLÁNY

PŘÍPRAVA NA SOUTĚŽ

BIKINI/WELLNESS FITNESS

LEKCE PÓZINGU



FITHELENA@EMAIL.CZ



774 847 769



SOVIICKAAA





TOMÁŠ JURAJDA

ODSTRANĚNÍ BOLESTÍ POHYBOVÉHO
APARÁTU A SVALOVÝCH DYSBALANCÍ

SILOVÉ A KONDIČNÍ TRÉNINKY

NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
A REDUKCE TUKU



REHATRAN@SEZNAM.CZ



607 273 901



REHABILITACNI_TRENER

REHABILITACNITRENER.CZ



A portrait of a man with short brown hair and a beard, wearing a red and black athletic t-shirt. He is standing with his arms crossed against a background of vibrant red and blue geometric shapes. The t-shirt has 'ELEMENT' and 'EVMS' printed on it.

ONDŘEJ DVOŘÁČEK

TRENÉR & PORADCE VE VÝŽIVĚ
TRÉNINKOVÝ PLÁN NA MÍRU
(SILOVÝ I FUNKČNÍ TRÉNINK,
REHABILITACE, MOBILIZACE)
VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ
(REDUKCE TUKU I BUDOVÁNÍ
SVALOVÉ HMOTY, SUPLEMENTACE,
INDIVIDUÁLNÍ JÍDELNÍČEK NA MÍRU)



DVORACEKONDRA@GMAIL.COM



773 501 995



DVORACEK.ONDRA



ING. ROBIN HOBLÍK

PROFESIONÁLNÍ TRENÉR
JÍDELNÍ A TRÉNINKOVÉ PLÁNY
SILOVÝ A KONDIČNÍ TRÉNINK



ROBIN.HOBLIK@ICLOUD.COM

605 832 626

ROBINHOBLIK



PETR NAVRÁTIL

NABÍRÁNÍ SVALŮ A REDUKCE TUKU

ODSTRANĚNÍ BOLESTÍ POHYBOVÉHO
APARÁTU A SVALOVÝCH DYSBALANCÍ

PREVENCE A PODPORA PŘI ZVLÁDÁNÍ
PORUCH PŘÍJMU POTRAVY

SESTAVENÍ TRÉNINKOVÉHO PLÁNU
A JIDELNÍČKU



NAVRATIL.PETR.1709@GMAIL.COM



792 317 260



PETANAVRATIL_COACH



JAN ROSZKA

PROFESIONÁLNÍ TRENER
REKOMPOZICE TĚLA
NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
HUBNUTÍ A DIETNÍ PLÁNY



HONZOVOFITNESS@GMAIL.COM



739 158 322



JAN_ROSZKA



LUDMILA POLEDNÍKOVÁ

SILOVÉ A KONDIČNÍ TŘENINKY
JÍDELNÍČKY NA MÍRU
REDUKCE HMOTNOSTI
NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
ONLINE COACHING



SISINKAPOLEDNIKOVA@SEZNAM.CZ



720 360 027



LULUPUK



JAKUB SOCHOREK

OSOBNÍ FITNESS TRENÉR
TRÉNINKOVÉ PLÁNY NA MÍRU
NABÍRÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
REDUKCE HMOTNOSTI
ONLINE COACHING



SOCHOREK.JAKUB@SEZNAM.CZ



722 243 069



7KUBIN7



MGR. ONDŘEJ ŠLACHTA

DIAGNOSTIKA POHYBU
SILOVÁ A KONDIČNÍ PŘÍPRAVA
BUDOVÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
REDUKCE TUKU
TRÉNINK PLYOMETRIE
(TRÉNINK VÝSKOKU A VÝBUŠNOSTI!)



ANDREWSLACHTA@SEZNAM.CZ



730 135 419



ONDRASLACHTA



TOMÁŠ MARGECÍN

PROGRESIVNĚ PŘETĚŽUJÍCÍ TRÉNINK
TRÉNINK NA HYPERTROFII
TRÉNINK NA OBJEM/VYRÝSOVÁNÍ
TRÉNINK NA INTENZITU/KVALITU



TOMASMARGECIN15@EMAIL.CZ

702 079 721

TOMMARGECIN





PETR PUSTELNÍK

BUDOVÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
SILOVÁ A KONDIČNÍ PŘÍPRAVA
REDUKCE TUKU
ONLINE COACHING A KONZULTACE
VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ



PETRPUSTELNIKCOACH@GMAIL.COM



702 169 863



PETRPUSTELNIKCOACH



A portrait of Jan Izaiáš, a man with a beard and glasses, wearing a red and black t-shirt, standing with his arms crossed in a gym setting.

JAN IZAIÁŠ

REDUKCE HMOTNOSTI
(SPALOVÁNÍ TUKŮ)

BUDOVÁNÍ SVALOVÉ HMOTY
(TVAROVÁNÍ POSTAVY)

SILOVÁ A KONDIČNÍ PŘÍPRAVA

SPRÁVNÁ TECHNIKA CVIKŮ
A PREVENCE ZRANĚNÍ

ZÁKLADY VÝŽIVY



IZAIAS.TRENER@GMAIL.COM



731 577 286



HONZA.IZAIAS

