

# CURRICULUM VITAE



## HARIDUSKÄIK

- 1991 Tallinna Pedagoogiline Ülikooli  
Tantsujuht - kultuuritöötaja eriala
- 1986 Viimsi Keskkool

## AMETIKOOLITUS JA TÄIENDKOOLITUS

- 2016 Kere keskosa, seljavalu ja treening Füsioterap. Mikk Pärn
- 2016 Functional training, Janni Giannikakis Personal trainer  
(Horvaatia)
- 2015 Deepwork Basic K. Schumacher (Saksamaa)
- 2015 Funktsionaalne testimine, vigastuste ravi ja ennetus.  
FAF Eesti õppejõud füsioterapeut Mikk Pärn

- 2015 HotYoga treeneri baaskoolitus S. Siller (Tallinn)
- 2013 TRX, Foamroller Jochen Neff (Saksamaa)
- 2013 Funktsionaalse treeningu ideepäev
- 2013 Les Mills BodyVive koolitus (Helsinki)
- 2013 Les Mills CXWORX
- 2012 Shiki meetod
- 2011 Ashtanga Jooga koolitus II osa
- 2010 Ashtanga Jooga koolitus I osa
- Vazo Januzovic München
- 2009 Power Vit koolitus, Barbara Raab, (Saksamaa)
- 2008 Personaaltreenerite täiendkoolitus Sean Singleton,  
(Inglismaa)
- 2008 Strenght training and nutrition, Life Fitness Academy  
Cavin Aguilina, (Austraalia)
- 2007 Eesti Olümpiakomitee jõusaali kutsetunnistus, III tase
- 2008
- 2007 Eesti Olümpiakomitee aeroobikatreeneri kutsetunnistus, II  
tase

- 2007 Les Mills BodyBalance treeneri litsents
- 2006 Kinesiotaping Basic Course, Kenzo Kase  
(Itaalia)
- 2006 Les Mills BodyCombat koolitus
- 2005 Les Mills BodyPump treeneri litsents
- 2004 M. I. Masaazhikool kutsetunnistus, II tase
- 2004 ECA Miami Fitness Conference
- 2003 FAF Gym Instructor- põhikursus
- 2000 Aerobic Instructor Certification and  
Personal Trainers Course  
Candy Colby National Certification Center  
Florida USA
- 1999 Professionaalse Psühholoogia Erakool  
1 kursus
- 1997 Markkinointi Instituut Reklaamikursus
- 1996 Fontese Erakool, Personali juhtimise eriala  
I kursus
- 1987-1991 Tallinna Pedagoogiline Instituut.  
Bakalaureus, kultuuritöötaja-tantsujuht

## TÖÖKOGEMUS

- 2015- 2020 MyFitness Viimsi, Rühmatreener  
(BodyBalance, Jooga, TRX, StrongBody)  
Personaaltreener
- 2014- 2015 Arigato Spordikulbi. HotYoga treener,  
rühma-ja personaaltreener
- 2009- 2013 Tallinna Tantsuakadeemias rühmatreener ja  
peatreener (Power Jooga, BodyBalance,  
BodySculpting )
- 2003- 2009 Arctic Spordiklubis personaaltreener ja  
rühmatreener (BodyPump, Spinning,  
BodyBalance, BodyCombat
- 1997- 2003 Spordiklubi Flexer, Rühmatreener