

รัฐภูมิ นีราศวรรณ

ACE Certified Personal Trainer

ประวัติการศึกษา

วท.บ. (สถิติ)

ม.ทักษิณ

วท.ม. (วิทยาการคอมพิวเตอร์)

ม. ธรรมศาสตร์

ประวัติการทำงาน

2552 ถึง ปัจจุบัน

ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ

ทักษะ

- ออกแบบโปรแกรมออกกำลังกายส่วนบุคคล
- การพัฒนาความยืดหยุ่น
- Weight Training (Machine / Free Weight)
- Calisthenics (Basic)
- Agility
- อุปกรณ์: Plyo Box, Bulgarian bag, ยางยืด, ViPR, BOSU

ประกาศนียบัตร

- ACE Certified Personal Trainer
- FIT: หลักสูตร 96 hours International Personal Trainer
- FIT: Basic Life Support
- Posture Office Syndrome & Functional Corrective Exercise Specialist
- KRI YOGA 50 Hours Intensive Yoga Teacher Training
- Fix Me: Sport Massage in Upper Quadrant
- Fix Me: Sport Massage in Lower Quadrant
- Plan for Fit: Body Recomposition

