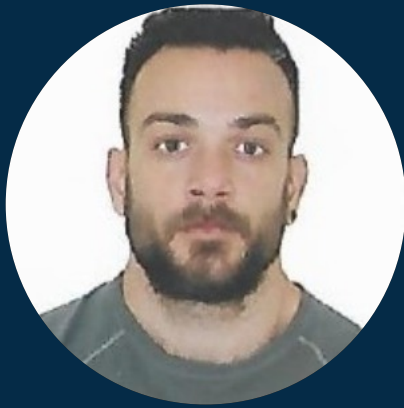




Βιογραφικό

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ -
ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ - PERSONAL TRAINER-
ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ

Προσωπικά στοιχεία



ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΡΟΥΣΗΣ ΣΑΚΚΙΩΤΗΣ



drousissakkiotis@gmail.com



6949682887



ΚΑΠΕΤΑΝ ΓΕΡΜΑ 216
18546 Πειραιας



20 Οκτωβρίου 1987



ΧΟΛΑΡΓΟΣ



A ΚΑΙ B ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ



ΕΓΓΑΜΟΣ

Τεχνικές δεξιότητες

Μεγάλη ικανότητα στην
διαχείριση προσωπικού,
δυνατότητα δημιουργίας
προγραμμάτων
αναψυχής.

Κοινωνικός,
συνεργάσιμος ακόμα και
υπό αντίξοες συνθήκες.
Ικανότητα ηγεσίας μικρών
και μεγάλων ομάδων,
άριστη διαχείριση

Εκπαίδευση

Σεπ 2014

ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΣ ΣΕΦΑΑ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ, ΤΡΙΚΑΛΑ

Ειδικότητα Χιονοδρομία, Αναψυχή Κλειστών
Χώρων (Γυμναστήρια) και Αναψυχή Υπαίθριων
Δραστηριοτήτων

2010

ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΥΧΟΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΗΣ

ΕΥΡΩΠΑΙΚΗ ΝΑΥΑΓΩΣΩΣΤΙΚΗ ΣΧΟΛΗ,
ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ

Διπλωματούχος επαγγελματίας ναυαγοσώστης με
διαδοχικές/συνεχείς ανανεώσεις του διπλώματος.

Ιαν 2015 - Οκτ 2015

ΝΟΣΟΚΟΜΟΣ ΚΑΤΑΔΡΟΜΩΝ

ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΣΤΡΑΤΟΣ, ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΣ

Θητεία ως Νοσοκόμος Καταδρομών στις Ειδικές
Δυνάμεις, Σώμα Αλεξιπτωτιστών

Επαγγελματική εμπειρία

2005 - 2009

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ - ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ

ΜΗΤΡΟΠΟΛΗ ΠΕΙΡΑΙΑ, ΑΙΓΙΝΑ

Γυμναστής και Υπεύθυνος Αθλητικών
δραστηριοτήτων στην θερινή εκκλησιαστική
παιδική κατασκήνωση Αγ.Νεκταρίου Σαρωνικού
στην Αίγινα.

2010

ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΗΣ/ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ

SPORTS CAMP, ΑΡΧΑΙΑ ΟΛΥΜΠΙΑ

Υπεύθυνος Αναψυχής και αθλητικών
δραστηριοτήτων/ναυαγοσώστης σε παιδική
κατασκήνωση.

Ιαν 2012 - Δεκ 2013

ΔΑΣΚΑΛΟΣ TRX

ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ATHLETICO, ΤΡΙΚΑΛΑ

Ημιαπασχόληση ως ωρομίσθιος για ομαδικά
προγράμματα matwork pilates και TRX για το
γυμναστήριο Athletico στα Τρίκαλα Θεσσαλίας

2012 - 2014

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ/ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΗΣ

THE RANCH S.A., ΣΟΦΙΚΟ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ

Θερινή σεζόν ως δάσκαλος τοξοβολίας,
ναυαγοσώστης και υπεύθυνος για τον σχεδιασμό
δραστηριοτήτων σε παιδική κατασκήνωση.

Ιαν 2014 - Μαΐ 2014

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ/ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ

BODY CONTROL, ΚΑΛΛΙΘΕΑ

Προπονητής και γυμναστής.Επίβλεψη στα βάρη
και πραγματοποίηση ομαδικών προγραμμάτων
Matwork Pilates.

2015 - σήμερα

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ

ZEN MARTIALS ARTS, ΠΕΥΚΗ

Προπονητής χιονοδρομίας και συνοδός εκδρομών
στην φύση για τις εκδρομές που διοργανώνει ο
σύλλογος Zen Martial Arts.

ανθρώπινου δυναμικού
και ικανότητα
συντονισμού της ομάδας

Υψηλή γνώση σε αθλητικά
μηχανήματα γυμναστηρίου και την
επισκευή τους

Γλώσσες

Αγγλικά ●●●●●

Μαΐ 2016 - Αυγ 2016

ΚΟΙΝΟΤΑΡΧΗΣ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗΣ
ΠΑΙΔΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ, ΚΑΛΑΜΟΣ
ΑΤΤΙΚΗΣ
Κοινοτάρχης στην παιδική κατασκήνωση
“Αναγέννηση”.

2016 - 2017

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ / ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ
PALMOS CROSSFIT, ΑΧΑΡΝΕΣ
Προπονητής Crossfit και επίβλεψη στα βάρη
καθώς και σχεδιασμός ατομικών προγραμμάτων
ασκούμενων

2017 - 2019

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ/ ΓΥΜΝΑΣΤΗΣ
TRAINBOX, ΠΕΥΚΗ
Προπονητής Crossfit και Δυναμικού Τριάθλου και
επίβλεψη στα βάρη καθώς και σχεδιασμός
ατομικών προγραμμάτων εκγύμνασης.

Απρ 2019 - Μαΐ 2019

ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΗΣ
LINDOS PALACE, ΡΟΔΟΣ
Ναυαγοσώστης στην πισίνα ξενοδοχείου.

Μαΐ 2019 - Σεπ 2019

ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΗΣ
CAPE SOUNIO - GRECOTEL, ΣΟΥΝΙΟ
Ναυαγοσώστης στην πισίνα ξενοδοχείου.

Δεκ 2019 - Μαρ 2020

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ
ALTITUDE SNOWSPORTS SCHOOL, ΚΑΛΑΒΡΥΤΑ
ΑΧΑΪΑΣ
Προπονητής σκι και snowboard.

Μαρ 2020 - σήμερα

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΠΟΔΟΧΗΣ
JACKALS TATTOO, ΠΕΙΡΑΙΑΣ
Υπεύθυνος υποδοχής σε κατάστημα
δερματοστιξίας και piercing

Ιαν 2022 - Απρ 2022

ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ
ALTITUDE SNOWSPORTS SCHOOL, ΚΑΛΑΒΡΥΤΑ
ΑΧΑΪΑΣ
Προπονητής σκι και snowboard.

Επιτεύγματα & διακρίσεις

Δύο φορές 3ος Πανελληνιονίκης στην τετράκωπο εφήβων στο άθλημα της
κωπηλασίας το 2004-2005.