BOZÓ BALÁZS

Személyi edző



Készen állsz belevágni valami újba és rendszert vinni az életedbe, hogy megtapasztalhasd, milyen a valódi fejlődés?

Személyi edzőként küldetésem, hogy olyan rendszert segítsek neked kiépíteni, mellyel megértheted tested működését, következetes tudsz maradni és önállóan is képes leszel progresszíven fejlődni. Nem számít, hogy honnan indulsz, csak légy kitartó, nyitott és vágyj a fejlődésre! Hiszem, hogy ez a sport nem kell kényszer legyen, hanem fejlődésélmény is lehet.

Súlyzós, kontrollált edzésmódszerrel dolgozom, a legfontosabb alapelveim pedig a fenntarthatóság, a technika, következetesség és a progresszió. Nők számára tónus és alakformálás, férfiak számára jobb testarányok és nagyobb erő várható eredményként.

Közeledjünk együtt lépésenként a céljaid felé! Válj velem jobbá, mint aki tegnap voltál!

Are you ready to start something new and bring structure into your life so you can experience real progress?

As a personal trainer, my mission is to help you build a system through which you can understand how your body works, stay consistent, and become capable of progressing independently over the long term. It does not matter where you start—what matters is that you are persistent, open-minded, and truly motivated to improve. I believe training should not feel like a burden, but rather a rewarding experience of growth.

I work with a controlled, resistance-based training approach, guided by the core principles of sustainability, proper technique, consistency, and progression. For women, the focus is on tone and body shaping; for men, improved body proportions and increased strength are the expected outcomes.

Let’s move toward your goals step by step. Become better with me than you were yesterday.

E-mail: balazsbozo630@gmail.com
Tel.: +36-70/208-7163
Instagram: @buildwithbozo