



**BÉRES ALEXANDRA** súlykontroll életmód program kidolgozója, vezetője.

2016-tól a Diéta & Fitness magazin főszerkesztője

2015-től a Gilda Max Fitness hálózat szakmai tanácsadója

2008 – 2016 között a Neckermann Klub Oázis Animációs Team vezetője

2007 – 2015 között a Gilda Max Fitness hálózat szakmai igazgatója

2012 – 2013 között a SportM, illetve Tv Paprika műsorvezetője, egészséges életmód nagykövet

2011 – "Az év személyi edzője"

1998 – 2007 között az Alexandra Fitness központok üzemeltetője, szakmai irányítója

A Megszállottak Klubjának tiszteletbeli tagja

Média szakmai tanácsadó

A Nagy fogyás c. (TV2) fogyókúra verseny tréner (győztes versenyző és csapat)

13 fitness DVD kidolgozója, megalkotója

1 könyv szerzője, 3 könyv társszerzője

Színpadi presenter

1998 óta óraadó tanár

## EREDMÉNYEK

1985-1992 RG országos válogatott csapattag

1994 Fitness magyar bajnok

**1996 Fitness Európa-bajnok**

**1996 Fitness világbajnok**

1999 Fitness Magyar bajnok

**1999 Fitness Európa-bajnok**

2003-2013 Curling női válogatott kerettag

2003-2013(!) Curling magyar bajnok (női csapat)

2008 Curling Európa-bajnoki III. hely (B csoport-női csapat)

**2011 Curling (B csoport-női csapat) Európa-bajnok**

„Három sportágban volt szerencsém válogatott szintre eljutni. A több mint húsz, élsportban eltöltött év alatt a legfontosabb, amit megtanulhattam, hogy szerencsével sokkal ritkábban, de megfelelő kitartással a legtöbb célunkat igenis elérhetjük.”