



**Taso Makrygiannis**

---

**Tätigkeit:** Trainer

---

**Berufliche Qualifikationen:**

F-Übungsleiter (BGKV/BLSV)  
B-Trainer (BGKV/BLSV)  
Gesundheitstrainer (BGKV/BLSV)  
Tae Bo Instructor (IFFA)  
Water Rower-Water Coach Level I  
Water Rower-Water Coach Level II  
Nike Dynamic Instructor  
TRX Suspension Personaltrainer  
TRX Suspension Grouptrainer

---

**Hobbies:** Fitnessstudio, MTB, Rennrad, Laufen, Snowboard, Schlittschuh, Inliner, Nordic Walken, Nordic Inliner, Boxen, Kick Boxen, Capoeira

---

**Sportliche oder andere Auszeichnungen:**

Win Tsun 1. Grad – Oktober '88, 2. Grad – April '89,  
3. Grad – Oktober '89, 4. Grad – April '90, 5. Grad – Oktober '90  
Regionalmeisterschaft Bodybuilding 4. Platz (Griechenland) Mai '97

---

**Wichtiges:** Der Weg ist das Ziel!