

Zálešná I, Zlín 760 01  
Telefon: +420 605 838 122  
E-mail: mvyvodaa@gmail.com  
Datum narození: 14. 06. 1998



## ING. MILAN VÝVODA

### VZDĚLÁNÍ

**2013 – 2017:** Gymnázium a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky.

**2017 – 2020:** Mendelova univerzita v Brně – bakalářské studium, obor Zootechnika.

**2020 – 2022:** Mendelova univerzita v Brně – magisterské studium, obor Ekotrofologie.

**2022 – současnost:** Mendelova univerzita v Brně – doktorské studium, obor Biologická chemie.

### PRACOVNÍ ZKUŠENOSTI

#### 2016-2018

Osobní fitness trenér | OSVČ

Poskytování tréninkového, výživového a suplementačního poradenství.

#### 2018 – 2020

Osobní fitness trenér | FACTORY FITNESS Gym, Brno

Osobní tréninky a poskytování výživového a suplementačního poradenství.

#### 2019

Laboratorní technik | Mendelova univerzita v Brně

Samostatná práce v laboratoři – kultivace bakterií, izolace DNA, polymerázová řetězová reakce (PCR), gelová elektroforéza a zpracování výsledků.

#### 2020 – 2023

Osobní fitness trenér | New Park Gym, Brno

Osobní tréninky a poskytování výživového a suplementačního poradenství.

#### 2021

Online instruktor mobility a core tréninku | FNZ, Velká Británie

Online lekce v angličtině zaměřené na strečink a posilování středu těla.

## **2021 – současnost**

Lektorská činnost ve fitness | Fitness Institut s.r.o., Brno

Přednášková činnost v oblasti fitness tréninku, zdravé výživy a suplementace.

## **2021 – 2023**

Vzdělávací aktivity ve fitness | BLF TEAM z.s.

Poradenství v oblasti fitness tréninku a zdravé výživy. Příprava vědeckých přehledů a tvorba odborných článků a příspěvků na sociální síť.

## **2022 – současnost**

Spoluzakladatel společnosti Fitness Consultancy s.r.o.

Nutriční poradenství a sportovní dietetika - poradna Fitness Institut v Brně, online magazín a podcast Fitness věda, poradenství v oblasti tréninku, zdravé výživy a suplementace.

## **2023 – současnost**

Osobní fitness trenér | Personal House Gym, Modřice

Osobní tréninky a poskytování výživového a suplementačního poradenství.

## **2023 – současnost**

Spoluzakladatel společnosti Resistance Training System s.r.o.

Výkonnostní testování a analýza limitujících faktorů sportovního výkonu, tvorba tréninkových programů. Využívání sportovních technologií v trenérské a sportovní praxi.

## **2023 – současnost**

Člen zkušební komise | Fitness Institut s.r.o.

Zkoušející a předseda pro zkoušky odborných kvalifikací fitness trenérů a výživových poradců.

## **2024 – současnost**

Spoluzakladatel společnosti StellaCura s.r.o.

Vývoj, výroba a prodej doplňků výživy, nutriční a lifestyle konzultace.

## **CIZÍ JAZYKY**

Angličtina – aktivní úroveň v mluvené i psané formě.