



europass

Szilárd Tontsch

Cetățenie: română Data nașterii:

Locul nașterii:

Gen: Masculin

Număr de telefon:

E-mail: szisz.tontsch@gmail.com

Acasă:

EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

Doctorat în științe

Universitatea „Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem” Budapest, Școala de Doctorat [2024 – în curs]

Localitatea: Budapesta Țara: Ungaria Domeniul (domeniile) de studiu: Educație

Menționați pe rând fiecare formă de învățământ și program de formare profesională urmat, începând cu cel mai recent. Scrieți calificarea/diploma obținută, numele instituției de învățământ

Masterat

Universitatea „Transilvania „ Brasov, Facultatea de Educatie Fizica si Sporturi Montane [2010 – 2012]

Localitatea: Brasov Țara: România Domeniul (domeniile) de studiu: Educație

Antrenor Crossfit L1

Crossfit LLC, USA [05/2024]

Localitatea: Bucuresti Țara: România Domeniul (domeniile) de studiu: Educație: • Programe și calificări interdisciplinare care implică educație

Atestat Anti Doping

A.N.A.D. - Agentia Nationala de Anti Doping [2024]

Țara: România

Street Workout Training

Tight Hold, Bodyweight Workout by Szarka Ákos [2023]

Localitatea: Budapesta Țara: Ungaria Domeniul (domeniile) de studiu: Educație: • Educație neclasificată în altă parte

Nutritie Sportiva si Suplimentatie

IWI - International Wellness Institute of Europe [2020]

Localitatea: Budapesta Țara: Ungaria Domeniul (domeniile) de studiu: Educație: • Programe și calificări interdisciplinare care implică educație

Antrenor de antrenamente functionale, preparator fizic

IWI - International Wellness Institute of Europe [2016]

Localitatea: Budapesta Țara: Ungaria Domeniul (domeniile) de studiu: Educație: • Programe și calificări interdisciplinare care implică educație

- Antrenamente functionale si de forta
- Antrenamente cu gretuate corporala
- Antrenament in circuit
- Kettlebell
- Battle Rope
- TRX

Instructor Schi

Snowsports Academy, Sport Wien [2012]

Localitatea: Kaprun - Zell am See Țara: Austria Domeniul (domeniile) de studiu: Educație

Master

Universitatea "Transilvania" Brasov [2010 – 2013]

Localitatea: Brasov Țara: România Domeniul (domeniile) de studiu: Educație: • Formarea cadrelor didactice cu specializare pe o materie

- Masterat in educatie fizica si sporturi montane
- Specializare schi alpin
- Management in sport
- Calitate de antrenor
- Profesor de educatie fizica si sport

Licenta - Profesor de educatie fizica

Universitatea "Transilvania" Brasov [2007 – 2010]

Localitatea: Brasov Țara: România Domeniul (domeniile) de studiu: Educație: • Formarea cadrelor didactice fără specializare pe o materie

- Educatie fizica si sport
- Specializare schi alpin

Atestat de limba engleza, Nivel Avansat

Liceul Teoretic "Mikes Kelemen", Sfantu Gheorghe [2007]

Localitatea: Sfantu Gheorghe Țara: România Domeniul (domeniile) de studiu: Educație

Bacalaureat

Liceul Teoretic "Mikes Kelemen", Sfantu Gheorghe [2007]

Localitatea: Sfantu Gheorghe Țara: România Domeniul (domeniile) de studiu: Educație

- Clasa bilingv: engleza/germana

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

 *Universtitatea Sapientia, Facultatea Stiinte ale Vietii si Sport* – Sfantu Gheorghe, România

Asistent universitar

[2024 – În curs]

- Teoria și practica în haltere și culturism
- Aplicații practice discipline sportive de iarnă (în tabere de pregătire)
- Teoria și practica în sporturile de iarnă: schi alpin

COMPETENȚE LINGVISTICE

Limbă(i) maternă(e): maghiară

Altă limbă (Alte limbi):

română

COMPREHENSIUNE ORALĂ C2 CITIT C2 SCRIS C1

EXPRIMARE SCRISĂ C2 CONVERSAȚIE C1

engleză

COMPREHENSIUNE ORALĂ C2 CITIT C2 SCRIS C2

EXPRIMARE SCRISĂ C2 CONVERSAȚIE C1

Niveluri: A1 și A2 Utilizator de bază B1 și B2 Utilizator independent C1 și C2 Utilizator experimentat

FUNCȚIA ȘI LOCUL DE MUNCĂ

[01/10/2024 – În curs]

Asistent Universitar - Universitatea Sapientia, Facultatea de Științe ale Vietii si Sport din Sfantu Gheorghe.

Menționați universitatea, facultatea, catedra

ALTE FUNCȚII DEȚINUTE (NEDIDACTICE)

[2023 – În curs]

Presedinte, Asociatia Alpha Functional Training

Scrieți perioada, funcția, locul de muncă

[2024 – În curs]

Antrenor - Asociatia Alpha Funtional Training

Antrenor personal si de grup, in conditii de antrenamente functionale, cross training si crossfit.

[2019 – 2024]

Antrenor - Tontsch Szilárd PFA

Antrenor personal si de grup, in conditii de antrenamente functionale, cross training si crossfit.

[2014 – 2017]

Gas One Ltd., Naantali, Finlanda

Angajat statie de butelii - GasOne Ltd., Naantali, Finlanda.

Reumplerea buteliilor de gaz, si prepararea lor pentru revanzare.

[2013 – 2014]

Personal Trainer / Fitness Instructor

Olympia Fitness Club, Sfantu Gheorghe

[2012 – 2014]

Instructor de schi

Outdo Ski School, Zell am See, Austria.

[2012]

Salvamar

Noah's Ark Waterpark, Wisconsin Dells, WI, USA.

[2011 – 2012]

Antrenor de Baschet

CSS "Kos Karoly" Sfantu Gheorghe, Sfantu Gheorghe. Initierea copiilor intre varstele de 6-10 ani in sportul de baschet.

[2011 – 2012]

Voluntar

Malteser Jugend (Romania), Sfantu Gheorghe

[2010 – În curs]

Instructor de schi

- Organizare taberelor de schi prentu copii, si initierea lor in sportul de schi alpin prin invatarea bazelor al sportului. Invatarea si corectarea tehnicilor de schi alpin pentru orice varsta si nivel.

