



FORMA

Dott. Francesco Borghesi **Personal Trainer e Direttore Tecnico**

Ha conseguito la laurea triennale in Scienze Motorie e Sportive presso l'università di Ferrara e ottenuto il certificato di Personal Trainer riconosciuto dal CONI.

Detiene esperienza come Direttore Tecnico nel club Mcfit Italia di Ferrara e Vice Manager e come istruttore di sala, personal trainer ed insegnante di allenamento funzionale in diverse palestre.

Appassionato fin dall'adolescenza dal mondo del fitness, ma coltiva anche passioni parallele come la musica, l'arrampicata su roccia, ciclismo e trekking, che lo aiutano ad avere una visione globale del benessere psico-fisico necessario ad ognuno di noi.