

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ



ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Όνοματεπώνυμο

Βαλαβάνης Γεώργιος

Διεύθυνση

Αιόλου 34-36 Π.Φάληρο

Τηλέφωνα

6938159844

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο

gv42196@otenet.gr

Υπηκοότητα

Ελληνική

Ημερομηνία γέννησης

08 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 1980

Τόπος γέννησης

Αθήνα

Στρατιωτικές υποχρεώσεις

Έχουν εκπληρωθεί

ΜΗΤΡΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

Ελληνική

ΆΛΛΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

- Ικανότητα ανάγνωσης
- Ικανότητα γραφής
- Ικανότητα ομιλίας

ΑΓΓΛΙΚΗ
Εξαιρετική
Εξαιρετική
Εξαιρετική

ΓΝΩΣΕΙΣ Η/Υ

Άριστη γνώση και χειρισμός των προγραμμάτων Microsoft Office (Word, Excel, Power Point) και μεγάλη εμπειρία στη χρήση του διαδικτύου.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ

- Ημερομηνία
- Επωνυμία και είδος του οργανισμού που παρείχε την εκπαίδευση ή κατάρτιση
- Τίτλος

1999-2002

BCA (Business College of Athens)

Bachelor in Shipping and Transport

HOBBIES ΚΑΙ ΆΛΛΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

- Ενεργός δρομέας μεσαίων & μεγάλων αποστάσεων σε competition level.
- Mountain bike και ποδηλασία δρόμου, Snowboard, Gym.

Λίγα λόγια για τον εαυτό μου :

Αυτή την περίοδο απασχολούμαι ως αναπληρωτής γυμναστής σε γυμναστήρια στα Νότια Προάστια (MyGym-functional , GymTonic-spinning , Vari Sports Club-spinning , Corpo-spinning) ενώ ασκώ και το personal training εδώ και 3 χρόνια.

Επίσης κατέχω δίπλωμα spinning instructor (spinning®), το οποίο δουλεύω παράλληλα με άλλα προγράμματα functional, fat-burning, trx και cardio.

Ως αθλητής παραμένω ενεργός, κυρίως σε μεγάλες αποστάσεις δρόμου, με εθνικές διακρίσεις, στους στίβους και στην άσφαλο ή βουνό (mountain running) από το 1993 έως σήμερα..

Μη αγωνιστικά, ασχολούμαι με την ποδηλασία (δρόμου και βουνού) και την κωπηλασία κλειστού χώρου (indoor rowing). Κατέχω μια καλή άποψη για τα αθλήματα που σχετίζονται με αντοχή και διάρκεια και γενικά βρίσκομαι παρών και ενημερώνομαι ασταμάτητα για τα δρομικά δρώμενα και για κάθε αθλητικό ή γυμναστηριακό trend, εδώ και 20 χρόνια περίπου.

Έχω αγωνιστεί σχεδόν σε όλα τα αγωνίσματα στίβου και δηλώνω παρών σε όλα τα πανελλήνια πρωταθλήματα. Επίσης, έχω τρέξει τέσσερις φορές τον Κλασσικό Μαραθώνιο στην Αθήνα

Αθλητική πορεία – στίβος

Αθλητής στίβου με δελτίο ΣΕΓΑΣ. Σύλλογος: ΑΟ Βουλιαγμένης (από το 2014)

Ξεκίνησα στίβο στον Γ.Σ.Κερατσινίου το 1994, αρχικά με τα σπριντ και αργότερα σε μεσαίες αποστάσεις, που ήταν και τα κύρια αγωνίσματά μου. Τα τελευταία 10 χρόνια τρέχω κυρίως αγώνες μεγάλων αποστάσεων, με διακρίσεις κυρίως σε αγώνες σε άσφαλο και ανώμαλο δρόμο.

Κάποιες πρόσφατες επιτυχίες μου :

Ημιμαραθώνιος Καλαμπάκα-Τρίκαλα2013, επίδοση : 1h 14' ,

Νίκη στην Α' σειρά Πανελληνίου πρωταθλήματος 10.000μ Μέγαρο 2013 ,

Νίκη Spetses Mini Marathon (26km) 2014



ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΠΕΙΡΑ

- Ημερομηνία
- Επωνυμία εργοδότη
- Είδος της επιχείρησης
- Απασχόληση - θέση

Απρίλιος 2012-Μάιος 2013

PUMPSCO

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΘΕΜΑΤΩΝ

Λογιστικές εργασίες-Γραμματειακή υποστήριξη

- Ημερομηνία
- Επωνυμία εργοδότη
- Είδος της επιχείρησης
- Απασχόληση - θέση

Νοέμβριος 2010-Αύγουστος 2011

TNS ICAP

ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ ΚΑΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Ερευνητής

- Ημερομηνία
- Επωνυμία εργοδότη
- Είδος της επιχείρησης
- Απασχόληση - θέση

Οκτώβριος 2008-Νοέμβριος 2010

Focus-Bari S.A.

ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ ΚΑΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Ερευνητής

- Ημερομηνία
- Επωνυμία εργοδότη
- Είδος της επιχείρησης
- Απασχόληση - θέση

2007-Οκτώβριος 2008

METRON-ANALYSIS S.A.

ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ ΚΑΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Ερευνητής

- Ημερομηνία
- Επωνυμία εργοδότη
- Είδος της επιχείρησης
- Απασχόληση - θέση

2000-2007

ΔΡΑΚΟΣ-ΠΟΛΕΜΗΣ Α.Ε.

ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΑΝΤΛΙΩΝ

- Υπεύθυνος εισαγωγών – εξαγωγών και μεταφορών εταιρείας
- Υπεύθυνος οργάνωσης αποθηκών εταιρείας και αποθηκών Logistics

- Ημερομηνία
- Επωνυμία εργοδότη
- Είδος της επιχείρησης
- Απασχόληση ή θέση

1999-2000

CHRISTOSHIP SHIPPING

ΝΑΥΤΙΛΙΑΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ

Εκπαιδευόμενος στον τομέα brokerage

- Ημερομηνία

1995-1998

2^ο Γενικό Λύκειο Π.Φαλήρου

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ.

- Σεμινάρια σχετικά με Logistics and Transport, Αθήνα 2003