

Lino Bruno

Inizia la sua carriera agonistica in atletica leggera, nella specialità dei 400 mt, all'età di 20 anni.

Nel 1992 si iscrive all'ISEF di Catania, concludendo gli studi nel 1996. Subito scopre la passione per il Fitness, e nel 2000, 2001, 2002 partecipa al Festival del Fitness come presenter nei palchi Rizzato e Meeting. Nel 2000 inizia le sue docenze come formatore nelle discipline ciclistiche e di tonificazione.

Nel 2002 fonda un'organizzazione, il MAF (Meeting Around Fitness), con lo scopo principale della formazione istruttori, gestione palchi e organizzazione di convention.

Concentra i suoi studi sulla tonificazione di gruppo, e nel 2003 brevetta un programma, il Total Pump, che si rivela un programma interessante, rivolto ad un'utenza molto ampia.

Attualmente sta dedicando i suoi studi sui programmi isotonici di gruppo a circuito e sulla disciplina della camminata, il WALK.

Collabora con diverse aziende produttrici nel settore del fitness.

Docente corsi per lo CSEN, Tecnico C.A.S. del Coni, Docente e trainer per la VI.SA Sprt (Cz). Preparatore Atletico, da anni si dedica nello studio della riabilitazione delle patologie vertebrali e nei traumi post-operatori.