

ŞEHMUS DEMİR

Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu'ndan mezun oldu. Ağaoğlu My Club ve Feneryolu Academic Sports Center gibi kulüplerde çalıştı. ACSM, Türkiye Jimnastik Federasyonu, Türkiye Vücut Geliştirme Fitness ve Bilek Güreşi Federasyonu, ACE Personal Training gibi birçok kurumdan ulusal ve uluslararası eğitim almıştır. 2018 Yılı FMI ve Türkiye Vücut Geliştirme Fitness ve Bilek Güreşi Federasyonunda eğitmen eğitimi yapmaktadır. Aynı zamanda Harper's Bazaar ve Gala Business dergilerinde köşe yazarlığı yapmaktadır.