

Nguyễn  
Thanh Huyền



# About me

Xin chào! Tôi là **Huyền NGUYỄN**  
chuyên gia **phục hồi sức khỏe TIM MẠCH-**  
**Nhà Vô địch SEA Games Xe đạp**  
*Người truyền cảm hứng.*





A B O U T M E

**NỮ HOÀNG**  
**XE ĐẠP ĐỊA HÌNH VIỆT NAM**  
**NGUYỄN THỊ THANH HUYỀN**





ORIENTATION  
SPRING 1 - 2022



Workshop

Chăm sóc trái tim của bạn

Diễn giả: **NGUYỄN THỊ THANH HUYỀN**

Nhà vô địch O4 Seagame và O1 giải Châu Á  
HLV - Chuyên gia phục hồi sức khỏe tim mạch

# Aboutme

## THỂ THAO:

Huyền là Vận động chuyên nghiệp đã có 30 năm gắn bó với Thể thao. Những đỉnh cao trong sự nghiệp thi đấu:

- 4 lần vô địch SEA Games (1999 – 2001 – 2003 – 2007);
- Là VĐV Xe đạp đầu tiên giành Huy chương Vàng tại Đại Hội Thể thao Khu vực Đông Nam Á, và sau đó liên tiếp 3 kỳ trước khi kết thúc thi đấu.
- Là VĐV đầu tiên Vô địch Châu Á môn Xe đạp địa hình (2002) ... và nhiều giải thưởng quốc tế khác.





## LĨNH VỰC PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI

Ngoài lĩnh vực Thể thao, tôi được trao những phần thưởng quý giá cho lĩnh vực phát triển con người, phát triển Phụ nữ mà tôi rất tự hào như:

- Giải thưởng Phụ Nữ Việt Nam;
- là đại diện Phụ nữ Việt Nam tham dự Vòng chung kết ASIA INSPRITE WOMEN AWARD 2002;
- nhân vật Người Đương thời VTV1...



**BỘ PHIM “CON ĐƯỜNG MÁU” - GIẢI  
THƯỞNG EMMY 2018**

**Trong lĩnh vực điện ảnh,**

Tôi cũng rất tự hào đóng góp thành công cho bộ phim BLOOD ROAD (Con đường máu – hãng REDBULL MEDIA của Mỹ), bộ phim đoạt nhiều giải thưởng lớn thế giới với 1 **giải thưởng EMMY năm 2018**.





- ❖ HCV 4 SEA GAMES 1999 – 2001 – 2003 - 2007
- ❖ HCV CHÂU Á 2002
- ❖ NHÂN VẬT “NGƯỜI ĐƯƠNG THỜI” VTV1 2002
- ❖ GIẢI THƯỞNG PHỤ NỮ VIỆT NAM 2002 – 2005.
- ❖ VCK ASIA WOMEN INSPIRE “PHỤ NỮ ẢN  
TƯỢNG CHÂU Á” 2002 - SINGAPORE



## Brand Story

### Điều quý giá nhất,

Đó là, tôi đã làm được những điều mà nhiều người từng cho là ngớ ngẩn, điên rồ... Từ xuất phát điểm thấp kém hơn tất cả, khiếm khuyết về sức khỏe, tôi đã chứng minh một điều: khi bạn có khát vọng, ước mơ, bạn đều làm được với sự kiên trì không bỏ cuộc.



## Brand Story

Trưởng thành từ một VĐV, tôi chưa bao giờ quên đi nghĩa vụ của mình với đồng bào. Tôi mong muốn mãi mãi được cống hiến những hiểu biết hữu ích của mình cho tinh thần, thể chất cộng đồng.



## Người truyền cảm hứng

Mong muốn cống hiến về tinh thần của tôi đã bắt đầu trở thành sự thật: Truyền cảm hứng cho những ai có mơ ước cháy bỏng thực hiện một điều gì đó.

Tôi hạnh phúc vì những câu chuyện của tôi đã truyền năng lượng, nghị lực, niềm tin... cho nhiều người, đặc biệt các chị em yếu thể như tôi vào con đường mình đã chọn. Bất kể cô ấy có tài năng hay vô vàn khiếm khuyết.

Luôn hết mình, luôn tìm thấy điều hạnh phúc trên con đường mình đi, đó là thành công mà tôi mỗi ngày nhắc nhở mình phải ghi nhớ!

## Brand Story





## SỨ MỆNH PHỤC HỒI CHỨC NĂNG CHO CỘNG ĐỒNG

HLV  
HUYEN NGUYEN

# Successful Stories



**Anh Nguyễn Lâm**  
Tp. Hồ Chí Minh

Anh Lâm 55 tuổi, chủ phòng trà lớn ở Sài Gòn. Làm việc với giới nghệ sỹ, phải thức khuya và uống nhiều rượu mạnh. Anh bị bệnh Tim lớn nên rất yếu. Năm 2016, anh mắc thêm Huyết áp cao cộng Rối loạn Tiền đình, mất ngủ, Tiểu đường sệt 10kg /tháng, nguy cơ SUY TIM và ĐỘT QUỴ bất cứ lúc nào...

- Chỉ sau 3 tháng được huấn luyện, anh đã hết ngất xỉu, không còn nguy cơ Tai biến. Không cần sử dụng thuốc tiểu đường, Huyết áp sau 1 năm.

Giờ đây Anh Lâm có thêm niềm đam mê mới, Anh rủ thêm nhiều bạn bè tập luyện hàng ngày và có thể thoải mái



**Anh Trương Hàng**  
Khánh Hòa

- Anh Hàng 33 tuổi, làm công việc văn phòng, tính tại nhiều. Anh bị cao Huyết áp, mất ngủ
- Thường xuyên đau tức ngực, khó thở, mệt mỏi và đầy lo lắng TAI BIẾN... Ngoài ra anh còn bị đau dạ dày và rối loạn đại tràng, mỡ máu, gan mỡ...
- Bác sỹ kê nhiều thuốc tim mạch và thuốc an thần...

Chỉ sau 1 tháng thực hiện giải pháp TRÁI TIM KHỎE, anh Hàng đã bỏ thuốc ngủ. Sau 2 tháng bỏ thuốc Huyết áp, hoàn toàn ổn định sức khỏe và tình



**Anh Trần Sĩ Chương**  
United state - USA

- Anh Chương 59 tuổi, là chuyên gia kinh tế, anh thường làm việc áp lực cao. Anh bị chóng mặt khi ngủ dậy đầu năm 2021, dấu hiện Đột quỵ nhẹ.
- Sau khi áp dụng 3 tháng giải pháp TRÁI TIM KHỎE, tất các chỉ số máu và cơ thể đều tốt lên

Hiện tại anh Chương có thể chạy bộ , đạp xe cả tiếng và không còn nguy cơ tái phát Tai biến - đột quỵ.

## PHỤC HỒI CHỨC NĂNG CHO CỘNG ĐỒNG







## Personal Brand Guidelines

### Nguyễn Thị Thanh Huyền

Sinh ngày 26/02/1977 tại Hà Nội, mồ côi mẹ năm 8 tuổi, đi làm năm 12 tuổi. Bỏ học năm lớp 9 và tiếp tục học 3 trường Đại học trong quá trình thi đấu.

Từng là cộng tác viên báo Tuổi trẻ và một số báo khác.

Từng là HLV trưởng đội tuyển Xe đạp địa hình, HLV đội tuyển TRIathlon Việt Nam.

Là người đầu tiên xây dựng – phát triển phòng trào tập luyện xe đạp địa hình cho khu vực phía Nam.

#### Hiện tại:

Thạc sỹ.Giảng viên Đại học Thể dục Thể thao TP.HCM

Huấn luyện viên Tuyển quốc gia 3 môn phối hợp.

Chuyên gia phục hồi chức năng Tim mạch và bệnh rối loạn chuyển hóa cho cộng đồng.



# Thank you!

Phone Number  
0902165499

Email Address  
[ng.thithanhuyen@ush.edu.vn](mailto:ng.thithanhuyen@ush.edu.vn)

Website  
[www.nguyenthanhhuyen.vn](http://www.nguyenthanhhuyen.vn)

