

GINNASTICA E PILATES

MICHELA CARLUCCI



Nata a Torino il 13/10/1990.

Laurea magistrale in Scienze dell'educazione motoria e delle attività adattate con votazione 110/110 Lode.

CORSI FREQUENTATI:

- Personal Trainer FIF (2016)
- Tecnico Societario corso di 1° livello sezione ginnastica artistica femminile.
- Qualifica di istruttore 1° livello, A.S.C Marzo 2018 (Corso GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E AL FITNESS)

Istruttrice di Ginnastica artistica presso la SSD Akuadro sport di Nichelino.

Istruttrice di Pilates e ginnastica adulti presso ASD Borgaretto 75 di Borgaretto

Ho praticato la ginnastica ritmica all'età di 4 anni a livello amatoriale.

Ho praticato, inoltre, la ginnastica artistica a livello agonistico presso la Società "Concerto Sport", partecipando al Campionato Nazionale di Fiuggi nel 2001 e al Campionato Nazionale di Rosignano nel 2006. Ho inoltre partecipato a molte gare provinciali e regionali.

Ho praticato danza jazz e contemporanea presso la "Dancing School" di Borgaretto.

Ho fatto parte per due anni del "Gruppo Immagine" di Acrobatica presso la mia Università.

Ho scelto il Pacchetto Fitness (scienze della muscolazione, personal trainer, discipline musicali, pilates e fitness in acqua) come materia a scelta durante l'anno 2011/2012 presso la mia Università e il Pacchetto di

Neurofisiologia, estetica e linguaggi del movimento e alimentazione dello sportivo durante l'anno 2013/2014.

Ho avuto esperienza lavorativa presso la PHYSIOSS Fisioterapia Sport Salute di Borgaretto facendo programmi personalizzati di riabilitazione e dimagrimento e corsi di gruppo di Attività Fisica Adattata, tra il 2015 e il 2018.

Inoltre, ho avuto esperienza lavorativa con gruppi di anziani (ginnastica Dolce) presso la ASDPS Movimenti di Candiolo, tra il 2015 e il 2018.

Dal 2018 ad oggi, sono docente di sostegno in una scuola secondaria di primo grado a tempo determinato.