

## INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	<b>GABALLO ARIANNA</b>
Data di nascita	28.11.1970
Indirizzo	
Telefono	
P.IVA	
E-mail	<b>Arigab70@yahoo.it</b>
Nazionalità	Italiana
Stato Civile	Coniugata, una figlia

## ESPERIENZA LAVORATIVA

• *Dal 1992 ad oggi*

Insegnante di Pilates, discipline su base musicale (step, aerobica, spinning, aquagym, hydrobike), ginnastica pre e post partum

Insegnante di Pancafit Group

Terapista Pancafit

Collaborazioni con studi Pilates, palestre, centri di posturologia e massofisioterapia, piscine e scuole di danza di Treviso e provincia

Attualmente collaboro, in regime di partita IVA, con lo Studio Pilates 10 e la palestra Five Club di Treviso

Lavoro sia a livello individuale sia con gruppi

Completano le mie esperienze lavorative diversi anni in qualità di impiegata commerciale Italia ed estero (se richiesto posso inviare c.v. dettagliato), e un periodo di lavoro come procacciatrice d'affari per un'azienda straniera del settore gioielleria

## ISTRUZIONE

Diploma Liceo Scientifico L. da Vinci, Treviso, conseguito nel 1990

Frequenza corso di laurea SS Geologiche presso Università di Padova

## CORSI E AGGIORNAMENTI

Certificazione CovaTech® Pilates Teacher®

1990 *Aerobica* (UISP), *Step* (FIF)

1992 *Spinning* (Trebispin)

1998 *Ginnastica in acqua* (Okeo)

2002 – 2010 *Pilates* livelli base ed avanzato (inclusi *Yoga Pilates* e *Pilates* in presenza di patologie), *M.E.T. (Metabolic Exercise Training)*, *Ginnastica Posturale*, *Tonificazione e rilassamento in gravidanza* (FBI Team, riconosciuto CONI)

2012 *Fit&Face* (ginnastica facciale), Metodo Silvia Pengo (PD)

2013 *Pilates Full Immersion* (Mat e grandi attrezzi), CovaTech® Pilates® (MI)  
con esame di anatomia  
2013 Formazione sull' utilizzo di *Arkè* (Tecnogym)  
2013 – 2016 *Scuola di formazione in Tecniche di Riequilibrio Posturale ad  
Approccio Globale* metodo Raggi con *Pancafitt* (3 livelli base + 10 livelli  
avanzati), *Tecniche miofasciali* (Posturalmed, MI)  
2015 Attestato di partecipazione *Massaggio Tailandese* (Studio Postura e  
Benessere, TV)  
2016 Formazione sull' utilizzo di *Mattools*®  
2017 Workshopo metodo *Garuda*®  
2017 *Pilates Total Barre*®, Stott Pilates  
2018 Aggiornamento annuale CovaTech® Pilates® *Dinamica della fascia*  
2018 Pilates on tour organizzato da Balanced Body  
2019 Seminario *Pelvic Balance* organizzato da Sport Evolution  
Corso di aggiornamento "Lo psoas, il collo e il core"  
2020 Aggiornamento annuale CovaTech® Pilates® "La fascia"  
2021 Aggiornamento annuale CovaTech® Pilates® "Pilates per gli uomini"  
2022 Aggiornamento annuale CovaTech® Pilates® "La fascia toraco-lombare e  
il benessere della schiena"