

CURRICULUM VITAE

Cognome: PELLICIONI
Nome: ELISABETTA
Nata a: Roma **il:** 10/06/1975
Residente a: Fabbrica di Roma:
Via: Via VALLERANO, 8
c.a.p. 01034
Telefono: +393383628197
e-mail: pelliccionielisabetta@gmail.com

FORMAZIONE:

- Diploma di "Ragioniere e perito commerciale" a indirizzo giuridico, economico aziendale IGEA. Conseguito nell'anno 1994/'95.
- Discreta conoscenza lingue inglese , spagnolo scolastico
- Ultimo brevetto di nuoto, rilasciato il 13/06/1986
- Diploma corso **sommizzatore 1° stella** (ANIS) rilasciato il 10/03/1995
- **ISEF –Istituto Superiore Educazione fisica - 1995/1999**
- Diploma **Allenatore Nazionale body building** (CSEN-CONI) rilasciato il 23/02/1997
- Diploma **Istruttore Nazionale body building** (CSEN-CONI) rilasciato il 08/03/1998
- Diploma di **Personal Trainer** (CSEN-CONI) rilasciato il 19/03/2000
- Diploma **Fit Boxe** (BCUBE) rilasciato il 02/09/2001
- Diploma di **Just Pump** (Viligiardi) rilasciato il 22/09/2001
- Certificazione di **Fit Boxe** (BCUBE) rilasciato il 17/03/2002
- Diploma di **Spinning** (Free Method Bike Panatta) rilasciato il 08/06/2002
- Diploma di **Spinning** (Top Spin BCUBE) rilasciato il 08/09/2002
- Diploma al **Merito Sportivo** rilasciato dallo CSEN il 06/05/2003
- Giudice Nazionale fitness, body building e alzate di potenza (CSEN-CONI)
- **PANCAFIT 4 livelli** - Corso di formazione professionale metodo Raggi, diploma rilasciato il 24/10/2004

- **Corso BLS** (primo soccorso) presso Ospedale S.Filippo Neri di Roma, diploma rilasciato il 14/11/2004
- Attestato di partecipazione alla conferenza "La prevenzione dei traumi sportivi e il mantenimento di un ottimale stato di benessere psicofisico" relatore prof. Raggi
- Diploma di **Slow Fit medical** (2006)
- Diploma di **Slow Fit pilates/yoga** (2006)
- Diploma **Allenamento Funzionale** (2006)
- Diploma **Acquagym e Idrobike** – presso FIF – 2009
- Attestato di frequenza "**Aquafitness in Progress**" – Okeo Academy 12/09/2010
- Attestato di frequenza "**Babyssimi 0-3**" – Okeo Academy 05/12/2010
- **Diploma Operatore Shiatsu** 3 anni -1° e 2° anno -2007-2009
(presso la scuola Shiatsu Palombini)
- **Diploma Shiatsu - Tecnica Superiore** 3° anno - 2009-2010
Titolo di Tesi: "Shiatsu e prestazione sportiva" - (presso la scuola Shiatsu Palombini)
- **Diploma Massaggio Sportivo** (presso la scuola Shiatsu Palombini)
- **Diploma Massaggio Tradizionale** (presso la scuola shiatsu Palombini)
- Attestato frequenza Corso di Formazione ANTINCENDIO a basso rischio- Ascom – Viterbo 16/12/2010
- Corso di formazione di Primo Soccorso - Ascom – Viterbo 27/01/2011
- Ammessa al corso, per soli 30 posti nel Lazio, "**Progetto EAT**". Il progetto E.A.T. "Educazione Alimentare e Training" (approvato dalla Regione Lazio con determinazione dirigenziale D2276 del 18/06/2010 codice RL003091), si propone di diffondere in modo capillare una corretta cultura dell'alimentazione a partire dai centri sportivi che attraverso i loro operatori raggiungono una numerosa e attenta utenza.
- **Diploma " Progetto EAT"** conseguito con Lode il 28/07/2011 presso la Regione Lazio – Ciofs
- Corso di Formazione in materia di Sicurezza e Salute sul luogo di lavoro ai sensi dell'art. 34 del D.Lgs. 81/08 e dell'art. 3 del D.M. 16/01/1997 – conseguito il 16/12/2011
- Attestato di Idoneità tecnica per l'espletamento dell'incarico di addetto ANTINCENDIO – conseguito il 26/09/2014
- Corso di Formazione di Primo Soccorso nei luoghi di lavoro – conseguito il 11/12/2014
- **Diploma Powerbound** – Diploma Nazionale Asi rilasciato il 24/09/2015
- Corso esecutore rianimazione cardiopolmonare e defibrillazione (**BLSD**) in età adulta e

pediatrica ("**FULL D**") – conseguito

- Attestato di partecipazione al "Corso Dirigenti sportivi ed Amministratori ASD/SSD" di I° livello CSEN - maggio 2020
- Diploma "Istruttore Body Building Old School Training" Csen - aprile 2021
- Attestato di partecipazione al "Corso Dirigenti sportivi ed Amministratori ASD/SSD" di I° livello CSEN – 10/16 maggio 2020
- Attestato di partecipazione al "Corso Dirigenti sportivi ed Amministratori ASD/SSD" di II° livello CSEN - giugno 2021
- **LAUREA IN SCIENZE DELLE ATTIVITA' MOTORIE E SPORTIVE – LM22 18/02/2022**
- Diploma Giudice di Gara Body Building – Csen – 27/02/2022
- Diploma Tecnico Spinal Back Rack System 29/10/2022
- Body Composition Conference 2023 – 5/6 maggio 2023
- **LAUREA IN SCIENZE DELL'ESERCIZIO FISICO PER IL BENESSERE E LA SALUTE – CURR. PALESTRA DEL BENESSERE – LM67 – Tesi "Fibromialgia ed esercizio fisico".**
- Iscritta alla Scuola di Formazione per Professionisti del Fitness e della Performance – Dynamic Training – Akesios. 2023/2024
- Corso formazione Posturale Pro Specialist Pancafit® Raggi Method 2024/2025

CONOSCENZE INFORMATICHE:

Windows (varie versioni)

Microsoft Office Word, Microsoft Office Excel, Microsoft Office Power Point, Microsoft Office Publisher, Microsoft Office Outlook

Microsoft Internet Explorer

ESPERIENZE LAVORATIVE:

Servizio di assistenza e sorveglianza presso lo stand della Camera di Commercio (CCIAA) di Roma in occasione di:

Mostra antiquariato "Nonsolotarli"

36° mostra mercato "Natale oggi"

37° mostra mercato "Natale oggi"

46° fiera campionaria di Roma

Mostra "Desideri preziosi" presso l'Hotel Plaza di Roma

- **Istruttrice di:** Aerobica, step, fit boxe, spinning, walking, functional training, body building, nuoto baby, acquagym, **pancafit, ginnastica posturale, ginnastica dolce e personal trainer.**
- **Play Sport Center** (Direttore Tecnico e istruttrice dal 01/09/95 al 30/12/01)
- **Circolo Anziani Comunale Roma:** Istruttrice ginnastica motoria per la III° età
- **Scuola materna ed elementare statale di Tor Bella Monaca Roma:** Istruttrice giochi sportivi (mini volley, mini basket, pre atletica)
- **Istruttrice** responsabile sala pesi e animatrice presso l'Hotel Le Baite 1800 a Montecampione stagione 1998
- **A.s.d.Temple Gym Sporting Club** (Proprietaria della palestra e Dir. Tecn. dal 02/01/'01 al 30/01/04)
- **Docente corso fitness** 1° e 2° livello BB e Fitness CSEN anno 2004/'05 – 2005/'06
- **Villa Pamphili Sporting Club** (istruttrice e Direttore Tecnico dal 01/02/04 al 30/06/'06)
- **Monteverde fitness club** (istruttrice fitness, spinning e PT dal 01/07/'06 al 31/07/'09)
- **Bee...Cool Fitness – Parco de' medici** (istruttrice fitness, sala isotonica, acquagym, posturale e pancafit dal 20/08/'07 al 30/12/2008)
- **Studio Medico Palombini (Roma):** Operatore Shiatsu e Ginnastica Posturale 2008/2010
- **Studio Medico Palombini (Roma):** Assistente Insegnante ai corsi della Scuola Shiatsu Palombini 2010/2011
- **Docente corsi di "Educazione Alimentare e Training"** presso varie strutture (scuole materne, elementari e superiori , studi medici) da Settembre 2011 a tutt'oggi.
- **A.s.d.wwwfitness** (Direttore Tecnico – Operatore Shiatsu , massaggi, acquagym, acquaticità)

3-36 mesi, nuoto baby 4 – 6 anni - da febbraio 2010 a tutto il 2013)

- **A.s.d. La Compagnia dei Sogni** (Operatore Shiatsu – Personal Trainer – Istr. Spinning – Istr. Sala Pesi) da gennaio 2014 a febbraio 2022
- **S.S.D. Temple Gym Sporting Club** (Direttore Tecnico - Operatore Shiatsu – Personal Trainer – Istr. Pilates Reformer – Istr. Pancafit)
- **Sostituzioni presso:** Gregory Gym – New Fitness – 61 Wellness – Club Monteverde – Health Gym – Center Line – Top Gym – New World Gym -

SPORT PRATICATI:

Dal 1979 al 1989 nuoto

Dal 1987 al 1991 atletica leggera

Dal 1991 al 1992 kung fu

Dal 1993 al tutt'oggi body building e sollevamento pesi

GARE AGONISTICHE:

Squadra agonisti URBE nuoto (dal 1984 al 1989)

Campionato Centro Italia "Bench Press" 1997 (1° classificata)

Campionato Italiano "Bench Press" 1997/'98 (1° classificata)

Grand Prix "Bench Press" 1997 (2° classificata)

Grand Prix "Bench Press" 1998 (1° classificata)

Trofeo World Power 1998 (1° classificata)

Campinato Laziale di Cultura Fisica CSEN 1999 (1° classificata)

Campinato Laziale di Cultura Fisica IPF 1999 (1° classificata)

Campinato Italiano di Cultura Fisica CSEN 1999 (1° classificata)

Campinato Italiano di Cultura Fisica IPF 1999 e selezione europei (6° classificata)

Autorizzo al trattamento dei dati personali come da disposizioni della Legge 675/96.

Pelliccioni Elisabetta
