

Curriculum Vitae Europass



Informazioni personali

Nome(i) / Cognome(i) **Cristina Aiello**
Indirizzo(i) Via Campo di Marte, 80 - 06124 Perugia (PG) - Italia
Telefono(i) 0755001028 **Cellulare:** 3461614442 - 3406178921
Fax
E-mail cristina.aiello@hotmail.com cristina.aiello@studenti.unipg.it
Cittadinanza Italiana
Data di nascita 23/03/1981
Sesso Femmina

Istruzione e formazione

Date	Da gennaio 2014 ad oggi
Titolo della qualifica rilasciata	Iscritta al Primo Anno del Dottorato in Medicina e Chirurgia Traslationale Università degli Studi di Perugia
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Ricerca scientifica sull'intervento con l'attività fisica su diabete, obesità, sindrome metabolica. Progettazione e coordinamento di attività motorie volte alla prevenzione di patologie correlate con sedentarietà e scorretti stili di vita.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Università degli Studi di Perugia Facoltà di Medicina e Chirurgia
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Dottorato di Ricerca
Date	Settembre 2011
Titolo della qualifica rilasciata	Dottoressa Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate con la votazione di 110/110 con lode
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Titolo della Tesi "Benefici del Nordic Walking integrato in un intervento multidisciplinare sullo stile di vita" - Relatore Prof. Pierpaolo De Feo Progettazione, coordinamento e direzione di attività motorie finalizzate alla prevenzione delle patologie correlate con la sedentarietà e con scorretti stili di vita e di attività motorie rivolte a gruppi di popolazione con specifiche patologie che possono trarre beneficio dall'esercizio fisico.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Università degli Studi di Perugia Facoltà di Medicina e Chirurgia
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Laurea Specialistica – Classe LM67

Date	Luglio 2009
Titolo della qualifica rilasciata	Dottoressa in Scienze Motorie e Sportive con la votazione di 98/110
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Titolo della Tesi "L' Evoluzione dell' Allenamento degli Atleti Nazionali di Arrampicata Sportiva, dal Settore Giovanile ai Campionati del Mondo" Comprensione, progettazione, conduzione e gestione di attività motorie a carattere educativo,ludico o sportivo. Acquisizione delle basi scientifiche fisiologiche e fisiopatologiche per l'analisi e la valutazione della funzione motoria umana.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Università degli Studi di Perugia – Facoltà di Medicina e Chirurgia
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Laurea di Primo Livello – Classe 33
Date	Ottobre 2013
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di Idrochinesiterapia 1° e 2° livello
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Modulo base di ginnastica rieducativa in acqua Tecniche di ginnastica attiva in acqua – Metodo Idroneurofit
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	MSP Italia – CONI – Dottor Fitness, la cura del corpo Centro Nazionale di Qualificazione
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Idrochinesiterapista di 1° e 2° livello
Date	Da gennaio a febbraio 2013
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di Personal Trainer
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Test di base, protocolli di allenamento, studio del core, biomeccanica avanzata, ottimizzazione delle attivazioni muscolari e minimizzazione delle sollecitazioni sulle strutture articolari, allenamento dell'atleta professionista, l'home fitness e la prevenzione, functional training e la riscoperta delle abilità motorie
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	MSP Italia – CONI – Dottor Fitness, la cura del corpo Centro Nazionale di Qualificazione
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Personal Trainer
Date	Da giugno a settembre 2012
Titolo della qualifica rilasciata	Attestato di partecipazione
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Corso "Nuovi Linguaggi del Corpo e delle Emozioni" Insegnamenti: – Conoscere i disturbi connessi all'alimentazione – Leggere il disagio da disturbi connessi all'alimentazione – Interpretare il disagio da disturbi connessi all'alimentazione
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	E.N.F.A.P. Umbria
Date	Da maggio a luglio 2012
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di Professionista del Centro Fitness
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Fitness, Circuit Training, Tecniche di Stretching e Valutazione Posturale, Test di Efficienza Fisica, Biomeccanica Articolare, Body Building
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	MSP Italia – CONI – Dottor Fitness, la cura del corpo Centro Nazionale di Qualificazione con il Patrocinio dell'Università degli Studi di Perugia
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Iscrizione Albo Nazionale MSP di Istruttori di 1° e 2° Livello
Date	Novembre 2010
Titolo della qualifica rilasciata	Attestato di Partecipazione
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Sport, risorsa di salute nelle diverse età della donna

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Azienda Sanitaria Locale n.2 dell'Umbria Responsabile Dott. Bruno Stafisso
Date	Maggio 2010
Titolo della qualifica rilasciata	Attestato di Partecipazione
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Attività Fisica Adattata (AFA): una nuova risorsa per la persona con disabilità
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Istituto Serafico per Sordomuti e Ciechi – Centro di Riabilitazione - Assisi Presidente Dott. Gino Brunozzi
Date	Maggio 2010
Titolo della qualifica rilasciata	Attestato di Partecipazione
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Guadagnare Salute con la Prescrizione dell'Attività Motoria
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Azienda Sanitaria Locale n.2 dell'Umbria Responsabile Dott. Bruno Stafisso
Date	Ottobre 2009
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di Istruttore di Nordic Walking
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Tecnica e didattica dell'insegnamento del nordic walking
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Associazione Nordic Walking Italia – ANWI International Nordic Walking Federation - INWA
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Istruttrice di Nordic Walking Titolo valido in tutto il mondo
Date	Ottobre 2009
Titolo della qualifica rilasciata	Operatrice didattica scolastica di Arrampicata Sportiva
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	<ul style="list-style-type: none"> – Nozioni di base sull'arrampicata sportiva – Attrezzatura, materiali, nodi, sistemi per la sicurezza – Progressione didattica dal piano orizzontale al piano verticale – Movimenti dell'arrampicata sportiva – Metodologia e strutturazione dell'attività per bambini e ragazzi – Giochi di arrampicata
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Federazione Arrampicata Sportiva Italiana - FASI
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Operatore Scolastico di Arrampicata Sportiva
Date	Settembre 1994 - Giugno 1999
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di Maturità Tecnica Commerciale con la votazione di 95/100
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Gestione informatica, Marketing, Tecniche commerciali e bancarie, lingue straniere
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Istituto Tecnico Commerciale Mortati – Via Stromboli s.s.18 - 87032 Amantea (CS)
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Diploma di maturità secondaria superiore

Esperienza professionale

Date	Da ottobre 2013 ad oggi
Lavoro o posizione ricoperti	Istruttore Sala Pesi
Principali attività e responsabilità	Supervisione, programmazione e controllo dell'attività fisica in sala pesi
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Palestra Corpus SSD s.r.l. - Via Cortonese, 1/d - 06124 Perugia (PG) Tel: 0755056244 – e.mail: info@corpusclub.it – Sito internet: www.corpusclub.it
Tipo di attività o settore	Palestra, settore fitness e benessere
Date	Da ottobre 2011 ad oggi
Lavoro o posizione ricoperti	Personal Tutor Metabolic
Principali attività e responsabilità	Gestione, ideazione e applicazione di circuiti di attività motoria in palestra per pazienti diabetici, obesi, ipertesi e/o con sindrome metabolica
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Palestra Corpus SSD s.r.l. - Via Cortonese, 1/d - 06124 Perugia (PG) Tel: 0755056244 – e.mail: info@corpusclub.it – Sito internet: www.corpusclub.it
Tipo di attività o settore	Salute, Prevenzione e Sport
Date	Da marzo a settembre 2011 e da ottobre 2012 a aprile 2013
Lavoro o posizione ricoperti	Istruttrice di Nordic Walking
Principali attività e responsabilità	Gestione, ideazione e applicazione di circuiti di attività motoria outdoor, attraverso la pratica del nordic walking, con pazienti diabetici, obesi, ipertesi e/o con sindrome metabolica
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Centro Universitario di Ricerca Interdipartimentale Attività Motoria – C.U.R.I.A.MO. Via G. Bambagioni, 19 – 06126 Perugia – Tel: 07533320
Tipo di attività o settore	Ricerca scientifica, Salute e Prevenzione
Date	Da febbraio a luglio 2012
Lavoro o posizione ricoperti	Tirocinio Formativo Post-Laurea
Principali attività e responsabilità	Insegnamento del Nordic Walking a soggetti obesi e diabetici come attività motoria integrata in un intervento sullo stile di vita
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Centro Universitario di Ricerca Interdipartimentale Attività Motoria – C.U.R.I.A.MO. Via G. Bambagioni, 19 – 06126 Perugia – Tel: 07533320
Tipo di attività o settore	Ricerca scientifica, Salute e Prevenzione
Date	Da gennaio 2010 a febbraio 2011
Lavoro o posizione ricoperti	Tirocinio
Principali attività e responsabilità	Istruttrice di Nordic Walking e Assistente Istruttore Attività in Palestra con pazienti diabetici e/o obesi
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Centro Universitario di Ricerca Interdipartimentale Attività Motoria – C.U.R.I.A.MO. Via G. Bambagioni, 19 – 06126 Perugia – Tel: 07533320
Tipo di attività o settore	Ricerca scientifica, Salute e Prevenzione
Date	Settembre 2010
Lavoro o posizione ricoperti	Operatrice sportiva
Principali attività e responsabilità	Gestione Attività Ludico-Sportiva ed Escursionistica con ragazzi diabetici dai 14 ai 16 anni per conoscersi e autocontrollarsi
Nome e indirizzo del datore di lavoro	ADIQ (Alpinisti Diabetici In Quota) Dott. Aldo Maldonato
Tipo di attività o settore	Attività Motoria e Diabete
Date	Da ottobre a dicembre 2009
Lavoro o posizione ricoperti	Esperta Attività Motoria
Principali attività e responsabilità	Gestione attività motoria in Scuola Primaria per le classi dalla 2 ^a alla 5 ^a
Nome e indirizzo del datore di lavoro	FISO (Federazione Italiana Sport Orientamento) per "Progetto Attività Motoria presso la Scuola Primaria di 1° grado Kennedy", Perugia

Tipo di attività o settore	Educazione Motoria
Date	Giugno 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2008
Lavoro o posizione ricoperti	Operatrice sportiva
Principali attività e responsabilità	Gestione Attività Ludico-Sportiva in Centro Estivo con ragazzi da 6 a 13 anni
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Centro estivo Colleverde – c/o Colleverde S.r.l. - Via G. B. Della Porta, 59 - Corciano (PG) – Tel: 075605858
Tipo di attività o settore	Educativo-ludico-sportivo
Date	Da marzo a ottobre 2008
Lavoro o posizione ricoperti	Tirocinio
Principali attività e responsabilità	Assistente istruttore mini volley
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Associazione sportiva Colli del Tezio - Perugia
Tipo di attività o settore	Sportivo
Date	Da marzo a ottobre 2008
Lavoro o posizione ricoperti	Tirocinio
Principali attività e responsabilità	Assistente istruttore corso di ginnastica per la terza età
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Associazione sportiva Colli del Tezio – Perugia
Tipo di attività o settore	Sportivo

Capacità e competenze personali

Madrelingua(e) **Italiana**

Altra(e) lingua(e)

Autovalutazione

Livello europeo (*)

Inglese

Francese

Comprensione				Parlato				Scritto	
Ascolto		Lettura		Interazione orale		Produzione orale			
A2	Utente base	A2	Utente base	A2	Utente base	A2	Utente base	A1	Utente base
A2	Utente base	A2	Utente base	A2	Utente base	A2	Utente base	A1	Utente base

(*) Quadro comune europeo di riferimento per le lingue

Capacità e competenze sociali	<p>Buona la capacità di comunicare e di lavorare in squadra, anche in situazioni di stress, acquisite con l'esperienza lavorativa in palestra e nell'ambito della ricerca scientifica.</p> <p>Attitudine a lavorare con utenza affetta da patologie e/o in età avanzata, ottima capacità di relazionarsi con bambini e adolescenti, acquisite durante i tirocini formativi.</p> <p>Capacità di lavorare con persone non vedenti o con ipovisione sia in palestra che all'aperto.</p>
Capacità e competenze organizzative	<p>Ottima la capacità di gestione anche di gruppi numerosi con persone di tutte le età in luoghi chiusi e all'aperto, acquisita con le esperienze nei centri estivi e con la conduzione di gruppi escursionistici.</p> <p>Buona la capacità di organizzare eventi e manifestazioni sportive.</p>
Capacità e competenze tecniche	<p>Capacità di utilizzare strumenti per la valutazione generale dello stato fisico e di salute quali: sfigmomanometro, glucometro (o riflettometro), plicometro. Capacità acquisita durante il lavoro presso il Centro di Ricerca C.U.R.I.A.MO.</p>

Capacità e competenze informatiche	Conoscenza degli applicativi di Microsoft e del pacchetto di Office in modo particolare Word, Excel e Power Point. Ottima capacità di navigare in Internet.
Altre capacità e competenze	Appassionata di natura ed escursionismo, attraverso il nordic walking unisco il benessere fisico a quello psichico.
Patente	Automobilistica (Patente B)
Firma	Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali (facoltativo)".