

SIMONA GHIRINGHELLI

Dott.ssa in Scienze Motorie

Saronno (VA), 14/03/1972

Vialibera Wellness Studio™

C.so Italia 704
21042 Caronno Pert. (VA)
Tel/fax +39.02.9645.1206

e-mail: ghsimona@hotmail.com

Formazione scolastica

- **2002:** Laurea in Scienze Motorie conseguita presso l'Università degli Studi di Milano, con discussione tesi dal titolo: "La comunicazione all'interno di un Centro Fitness".
- **1995:** Diploma ISEF conseguito presso "ISEF Lombardia" di Milano
- **1991:** Attestato 5° Anno Integrativo Magistrali presso l'Istituto Tenca di Milano
- **1990:** Diploma Magistrale conseguito presso l'Istituto Magistrale di Tradate.

Certificazioni

- **2008:**
 - Iscritta al corso per la Certificazione completa del Pilates International Network per l'insegnamento del metodo Pilates Matwork
- **2004:**
 - Certificazione 1° - 2° - 3° - 4° livello Corsi Pancafit "Metodo Raggi
- **1997:**
 - Brevetto della FIA per l'insegnamento di Aerobica e Step
- **1996**
 - Technogym: corso di formazione professionale

Attestati

- **2002**
 - Convention (Riva del Garda) organizzata per l'aggiornamento professionale relativo a corsi di Step, Aerobica, Spinning, Hip Hop, Stretching
- **1999**
 - "Blufitness" (Riccione) convention organizzata per l'aggiornamento professionale relativo a corsi di Step, Aerobica, Spinning, Hip Hop, Stretching
- **1998/1999**
 - "Crea" (Legnano) convention organizzata per l'aggiornamento professionale relativo a corsi di Step, Aerobica, Spinning, Hip Hop, Stretching

Percorso professionale

- **1997/oggi**
 - Dipendente presso Vialibera Wellness Studio™ con i seguenti incarichi:
 - Istruttrice in sala Fitness
 - "Consulente" con funzione di valutazione funzionale, analisi posturale.
 - Personal trainer: sedute individuali di Pancafit ed attività posturale; programmi personalizzati (preparazione atletica, dimagrimento, recupero funzionale)
 - Insegnante Aerobica, Step, Soft gym, Indoor Cycling (fino al 2004).
- **2003**
 - Commessa presso Giacomelli Sport (Saronno).
- **1995/2003**
 - Insegnante di Psicomotricità presso:
 - Scuola Materna di Garbagnate Milanese (1995-1996)
 - Scuola Materna "Cantoni" di Castellanza (1995-2003)
 - Scuola Materna "Sacra Famiglia" di Cislago (2001-2002)
- **1993/2000**
 - Insegnante di ginnastica artistica presso la Polisportiva Carnini di Fino Mornasco.

Sport praticati ed attività insegnate

Praticati: Ginnastica Artistica, Danza, Pallavolo, Tennis, Judo.

Insegnati: Tennis, Ginnastica Artistica, Aerobica, Step, Indoor-Cycling, pesistica, stretching, ginnastica posturale.