

CURRICULUM DI ROBERTA DELEDDA

- Roberta Deledda nata a Cles (Trento) il 06/10/1974
- residente a Cles in via IV Novembre 31 cap 38023 (TN)
- telefono 3492109748 mail: robertadeledda@hotmail.it

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

1. **INFERMIERA PROFESSIONALE** dal 1994 con iscrizione all'albo IPASVI .Esperienza presso il reparto di chirurgia vascolare e toracica dell'Ospedale Civile di Bolzano
2. **ISTRUTTORE DI AEROBICA** dal 1997 specializzazione in STEP (Fed. it. Fitness)
3. **ASSISTENTE BAGNANTI** dal 1998 (Federazione Italiana Nuoto) 17 anni di esperienza nell'insegnamento del nuoto a bambini e adulti
4. Nove anni di pratica nel Karate stile KO SHIO TAO
5. **PRESIDENTE DELL' ASSOCIAZIONE SPORTIVA "MOVIMENTO E SALUTE A.S.D"** dal 2009
6. **ISTRUTTORE DI POLE FITNESS** dal 2009
7. **PARTECIPAZIONE AL SEMINARIO NAZIONALE DEL PROGETTO "SPORT SOCIALE: UN'IMPRESA" 2013 (formazione US Acli)**

CURRICULUM SPORTIVO

PARTECIPAZIONE AL 7° GRAN PRIX OPEN "THE FREEWAY" (CATEGORIA FITNESS) MARINA DI CARRARA 05-11-2005

1°CLASSIFICATA CATEGORIA FITNESS AL" DAY OF CAMPHIONS CLASSIC" MANTOVA 13-11-2005

2° CLASSIFICATA CATEGORIA FITNESS (MENO DI 50 KG) AL CAMPIONATO ITALIANO BODY BUILDING NATURAL OPEN, BORGIO VALSUGANA GIUGNO 2006

1° CLASSIFICATA AL TROFEO FALCO NERO , MANTOVA 2007

3° CLASSIFICATA CATEGORIA FITNESS (MENO DI 50 KG) AL CAMPIONATO ITALIANO BODY BUILDING NATURAL OPEN, BORGIO VALSUGANA GIUGNO 2007

CAPACITA' E COMPETENZE

PREPARAZIONI ATLETICHE PERSONALIZZATE

POTENZIAMENTO MUSCOLARE SPORTIVO E POST RIABILITATIVO

GINNASTICA A CORPO LIBERO E CON CARICHI

MIGLIORAMENTO POSTURALE

DISCIPLINE AEROBICHE

G.A.G

STEP

AEROBICA

CARDIO TRAINING

ATTIVITA' ACQUATICHE:

TECNICA NATATORIA

ACQUAGYM

ACQUATICITA'

POLE FITNESS E POLE DANCE

INTERESSI

Da anni mi interesso e studio

scienze dell'alimentazione, integrazione, medicina naturale, meta-medicina e fitoterapia.