

## INFORMAZIONI PERSONALI

PAOLA ALESSANDRA CORRAO


POSIZIONE PER LA QUALE SI  
CONCORRE

ISTRUTTORE DI NUOTO  
ISTRUTTORE FITNESS TERRESTRE  
ASSISTENTE BAGNANTI

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

07/11/11

## CHINESIOLOGA PROFESSIONISTA

STUDIO PRIVATO CHINESIOLOGIA – PERSONAL TRAINER – c.so sempione 81 –  
Legnano (MI)

Realizzazione e programmazione di lezioni personalizzate di movimento umano razionale attivo ad  
indirizzo preventivo, sportivo, rieducativo.

Programmazione e gestione delle attività proposte dallo Studio

Attività o settore SPORT E BENESSERE

19/05/14

## TRAINER ATTIVITA' MOTORIA PER BAMBINI

OneonOne s.r.l.

Presso Parco Castello Legnano

Attività o settore SPORT

01/09/2007 – 31/05/2014

## ISTRUTTORE SCUOLA NUOTO RAGAZZI E ADULTI – in gruppo o individuali

ISTRUTTORE ATTIVITA' MOTORIA IN ACQUA - lez. individuali

Amga Sport-S:S:D: A:R:L. , Legnano (MI)

presso Piscina Comunale "F.VILLA" ,viale Gorizia – Legnano (MI)

Attività o settore SPORT

09/2013 – 05/2014

## ISTRUTTRICE SCUOLA NUOTO RAGAZZI

Agesp Servizi s.r.l.

presso Complesso Manara – Busto Arsizio

Attività o settore SPORT

1/06/2008 – 31/08/2013

## ASSISTENTE BAGNANTI

Amga Sport-S:S:D: A:R:L. , Legnano (MI)

presso Piscina Comunale "F.VILLA" ,viale Gorizia – Legnano (MI)

Attività o settore SPORT

- 19/10/11– 31/05/14 **ISTRUTTORE PILATES / PELVICORE**  
Università degli Anziani Legnano e zona – via calatafimi 1 – Legnano (MI)  
**Attività o settore** CULTURA E BENESSERE
- 01/03/11 – 30/06/12 **ISTRUTTRICE DI NUOTO per corsi destinati a bambini e adulti**  
**ISTRUTTORE ACQUATICITA' NEONATALE 4-36 MESI**  
**ISTRUTTORE ATTIVITA' MOTORIA IN ACQUA**  
**BENESSERE IN ACQUA S.S.D. s.r.l.**  
Presso: via PIO XX , n. 14 – Legnano (MI)  
**Attività o settore** SPORT E BENESSERE
- 01/10/2010 - 28/02/2011 **VOLONTARIO APA**  
Società Cooperativa Sociale San Francesco – Residenza Sanitaria Assistenziale  
“Angelina e Angelo Pozzoli” - LEGNANO  
Assistenza all'anziano nel raggiungere il luogo di svolgimento delle attività e affiancamento  
dell'operatore addetto durante le attività di motricità attiva e assistita.  
**Attività o settore** ASSISTENZA ALL'ANZIANO
- 01/09/10 – 30/05/2011 **ISTRUTTRICE GEROMOTRICITA'/G.A.G.**  
Alto Milanese Sport & Eventi – società sportiva dilettantistica a.r.l. - c.so Matteotti 20 –  
CASTELLANZA (VA)  
Programmare e realizzare attività motoria per 3° età autosufficiente, con partecipazione di  
persone più giovani , ma che presentano lievi problematiche nel movimento.  
Programmare e realizzare attività motoria di gruppo mirata a gambe, glutei e addominali.  
**Attività o settore** SPORT ED EVENTI
- 01/09/2008 – 31/05/2010 **COORDINATRICE SCUOLA NUOTO ADULTI**  
Amga Sport-S:S:D: A:R:L. , Legnano (MI)  
presso Piscina Comunale “F.VILLA” ,viale Gorizia – Legnano (MI)  
**Attività o settore** SPORT
- 01/09/2008 – 31/05/2009 **ISTRUTTORE ACQUATICITA' NEONATALE 4-36 MESI**  
Amga Sport-S:S:D: A:R:L. , Legnano (MI)  
presso Piscina Comunale “F.VILLA” ,viale Gorizia – Legnano (MI)  
**Attività o settore** SPORT
- FEBBRAIO – APRILE 2008 **COLLABORATRICE SPORTIVA nel progetto intrascolastico “Panathlon”**  
Società : Panathlon Club “ La Malpensa”  
presso: Scuola elementare Mazzini – via Trento Trieste, Legnano (MI)  
Durante la lezione di attività motoria, ho affiancato la docente proponendo attività  
propedeutiche per il gioco di squadra, introducendo diverse discipline sportive .  
**Attività o settore** SPORT
- 09/07 – 08/08 **ASSISTENTE SALA PESI**  
Fitness First Group Ltd. Club di Legnano – via per Canegrate - Legnano (MI)  
**Attività o settore** SPORT E BENESSERE
- 09/06 – 06/07 **FRONT OFFICE MANAGER**  
**ASSISTENTE SALA PESI**  
“a.s.d. Punto Fitness” , Foggia (FG)  
Occupata nell'accoglienza e registrazione del cliente all'interno del centro, oltre ad attività  
organizzative-gestionali delle attività proposte.  
**Attività o settore** SPORT

GIUGNO-LUGLIO 2006 ISTRUTTRICE DI BASEBALL , corsi destinati a bambini ed adolescenti  
SATA Sport Campus, Melfi.

Attività o settore SPORT

10/05 – 05/06 ISTRUTTRICE DI NUOTO per corsi destinati a bambini , adolescenti e adulti  
ASSISTENTE BAGNANTI

A.S.D. Mirage Village, Foggia (FG)

Attività o settore SPORT E BENESSERE

LUGLIO-AGOSTO 2004 ANIMATRICE

"Blu Animation Team" Foggia

presso: "Villaggio Riviera degli Etruschi"- Roma

Realizzazione di momenti ludici e ricreativi attraverso attività destinate a bambini dai 4 ai 10 anni

Attività o settore SPETTACOLO ED EVENTI

LUGLIO – AGOSTO 2003 COLLABORAZIONE ORGANIZZATIVA EVENTO FIERISTICO DI SPORT, FITNESS E TEMPO LIBERO "SPORTIME"

Gesport a.r.l. - FOGGIA

presso: Campo Fiera Foggia (FG)

Collaborazione per: monitoraggio e raccolta articoli di commento su SPORTTIME ( rivista realizzata per l'evento) su stampa locale e nazionale

Attività o settore EVENTI

LUGLIO – AGOSTO 2003 ANIMATRICE

"Blu Animation Team" Foggia

presso: Villaggio- Camping " BAIA DI MANACCORA" - Vieste (FG)

Mi sono impiegata per creare momenti ludici e ricreativi attraverso attività destinate a bambini dai 4 ai 10 anni

Attività o settore SPETTACOLO ED EVENTI

2003 COLLABORAZIONE DI SEGRETARIA

Università degli Studi di Foggia

reparto 1° - Medicina Universitaria, Ospedale Riuniti di Foggia (FG)

Attività di registro dati da cartaceo a informatico

Attività o settore ISTRUZIONE

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

13/06/10 OPERATORE GEROMOTRICISTA

Associazione Geromotricisti Insegnanti di Educazione Fisica ( A.G.I.E.F.) - Torino  
Corso teorico-pratico per la formazione specifica in attività motoria per la 3°e 4° età.

28/02/09 OPERATORE PRIMO SOCCORSO DAE

118 LOMBARDIA c/o PISCINA COMUNALE di LEGNANO (mi)

13-14/12/2008 ISTRUTTORE DI ACQUATICITA' NEONATALE 1°LIVELLO

European Aquatic Academy (E.A.A.)

Corso per la formazione specifica in attività acquatica per neonati dai 3 mesi ai 3 anni di vita.

17-18/11/2007 CORSO FORMATIVO TEORICO/PRATICO MUSIC'N MOVEMENT  
INDUCTION con valutazione pari al 1° livello

Fitness First Group Ltd.

Corso per la formazione specifica di attività motoria a base musicale.

## 10/06/07 MASTER DI WATER PILATES FOR AQUILIBRIUM

European Aquatic Academy (E.A.A.)

Acquisizione di esperienze motorie nuove per ottenere un maggiore controllo posturale, efficienza muscolare, propriocettività ed equilibrio dinamico; Formazione sul potenziamento dell'uso cosciente del corpo immerso e il trasferimento di capacità di ascolto e sensibilizzazione all'uso dell'acqua.

## 27/04/07 LAUREA IN SCIENZE MOTORIE, indirizzo MANAGERIALE

VOTO 109/110

Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli studi FOGGIA.

Studio delle Teorie Tecniche e didattiche della attività motoria adattata, preventiva, ludica e sportiva. Con introduzione e approfondimenti nell'ultimo anno sulla programmazione e pianificazione dell'organizzazione sportiva, e organizzazione e gestione dell'impiantistica sportiva

## Gennaio- Luglio 2005 PROGETTO ERASMUS - integrazione al Corso di Laurea

Universitat de Valencia – Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport  
Progetto di studi all'estero

## 14/02/04 BREVETTO DI TECNICO ISTRUTTORE DI NUOTO 1° Livello

Federazione italiana nuoto (F.I.N.)

## 25/03/03 EDUCATORE SPORTIVO

Federazione Italiana Baseball e Softball ( F.I.B.S. )

Corso di formazione sull'attività propedeutica del baseball e il suo inserimento nella scuola elementare.

## 22/06/02 BREVETTO DI ASSISTENTE BAGNANTI PER MARE, ACQUE INTERNE E PISCINA; riconosciuto dal Ministero dell'Interno

Federazione italiana nuoto ( F.I.N )

## COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre ITALIANO

## Altre lingue

	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
SPAGNOLO	B1	B1	B1	B1	A2
Centro D' Idiomes – Universitat de Valencia: CURSO DE ESPANOL COMO LENGUA EXTRANJERA NIVEL ELEMENTAL					
INGLESE	A 1	A 1	A 1	A 1	A 1
Sostituire con il nome del certificato di lingua acquisito. Inserire il livello, se conosciuto					

Livelli: A1/2 Livello base - B1/2 Livello intermedio - C1/2 Livello avanzato

Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

## Competenze comunicative

Buone capacità relazionali e comunicative acquisite durante la maggior parte delle mie esperienze lavorative, attraverso le quali ho esercitato, e continuo, un servizio al pubblico rivolto sia a bambini che adulti. La stessa necessità relazionale mi è risultata indispensabile nel lavoro di gruppo durante le fasi di programmazione e realizzazione delle diverse attività.

Competenze organizzative e gestionali	Attraverso la mia istruzione e formazione ho acquisito conoscenze e competenze finalizzate alla progettazione, alla organizzazione e gestione di strutture e attività sportive considerando anche l'importanza del personale. Attraverso le attività lavorative, che mi hanno vista all'interno di gruppi anche superiori a 10, ho avuto la possibilità di partecipare attivamente nel coordinamento di attività (2007-2010), prendendo in considerazione anche la valutazione dei costi e dei ricavi (2006-2007), il tutto sempre rapportato ad un servizio per il pubblico. Sicuramente la più importante capacità organizzativa l'ho acquisita riuscendo a partecipare a tre attività lavorative durante lo stesso periodo senza venir meno all'importanza che do all'aggiornamento formativo (2007-2008)
Competenze professionali	padronanza certificata dei concetti e metodi d'insegnamento dell'attività motoria a scopo ludico, preventivo e sportivo, riferita a diverse fasce d'età.
Competenze informatiche	Ho acquisito le competenze informatiche indispensabili alla comunicazione e alla gestione delle informazioni con buona conoscenza dei sistemi operativi Windows , MS Word, Power Point, Open Office; internet e software di posta elettronica, Programma specifico di gestione interna SPORT GEST.quest'ultimo in particolare utilizzato durante le attività lavorative per AMGA SPORT s.s.d. a.r.l. Legnano (2008-2010).
Patente di guida	PATENTE B - AUTOMUNITA -

## ULTERIORI INFORMAZIONI

Appartenenza a gruppi / associazioni	<b>CHINESIOLOGO PROFESSIONISTA</b> di cui alla Legge 4/2013 ISCRITTO ALL'UNIONE NAZIONALE CHINESIOLOGI CON n.11405
seminari	<p>congresso RACHIDE &amp; RIABILITAZIONE LULTIDISCIPLINARE (2014) conseguito ad ASSAGO rilasciato da: ISICO (stituto scientifico italiano colonna vertebrale)</p> <p>corso RIABILITAZIONE DELLA VERTIGINE CERVICALE (2012) conseguito a: ASSAGO rilasciato da: EdiAcademy – Milano</p> <p>corso ESAME POSTURALE (2011) conseguito a : MILANO rilasciato da: EdiAcademy – Milano</p> <p>AGGIORNAMENTO PER ISTRUTTORI DI NUOTO DI 1° E 2° LIVELLO “ATTIVITA' MOTORIA IN PISCINA PER BAMBINI DAI 4 MESI AI 3 ANNI” (2008) Federazione Italiana Nuoto (F.I.N.)</p> <p>AGGIORNAMENTO PER EDUCATORE SPORTIVO (2004) Federazione Italiana Baseball e Softball ( F.I.B.S.)</p>
Dati personali	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".
DATA	04/02/13
FIRMA	Paola Alessandra Corrao

