

## Curriculum Vitae



### INFORMAZIONI PERSONALI

Nome e Cognome	<b>Cecilia Belletti</b>
Indirizzo	Via Passo Rolle, 9, 20134, Milano, Italia
E-mail	<a href="mailto:ceciliabelletti@hotmail.com">ceciliabelletti@hotmail.com</a>
Cittadinanza	Italiana
Data di nascita	20/04/1988
Sesso	Femmina

### Esperienza professionale

#### AREA INSEGNAMENTO

- Lavoro e attività
- **Insegnante di Educazione Motoria** scuola primaria: programmazione delle attività per dieci classi, due per grado di formazione  
*Fondazione Sacro Cuore (2010 – 2011 / 2015 – 2016)*
  - **Assistente alla mensa e al doposcuola** extrascolastico alla scuola primaria  
*Fondazione Sacro Cuore (2016 – 2017)*

### Esperienza professionale

#### AREA SALUTE, BENESSERE E FITNESS

- Lavoro e attività
- **Ginnastica posturale e antalgica**: riduzione della sintomatologia dolorosa e miglioramento della qualità di vita  
*(A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2016 – 2020)*
  - Istruttrice di **ginnastica dolce**: corsi per persone della terza età volti al miglioramento del fitness metabolico e della qualità di vita  
*(Circolo A.C.L.I. Lambrate A.s.d. 2016 – 2017, Circolo A.C.L.I. Cologno Monzese 2016 – 2020, A.s.d. Polisportiva G. S. Rodano )*
  - Istruttrice di **fitness terrestre**: total body, attività fisica a ritmo di musica a corpo libero e con piccoli attrezzi  
*(A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2016 – 2020)*

## Esperienza professionale

### AREA NUOTO

Lavoro e attività

- **Coordinatrice** di corsi in piscina rivolti a bambini, di età compresa tra i 3 e i 14 anni, e ad adulti nell'ambito dell'insegnamento del nuoto e del fitness acquatico: organizzazione, pianificazione e gestione dei corsi e budget  
(A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2016 – 2020)
- **Istruttrice di fitness acquatico:** acquagym; hydrobike  
(Piscina InSport Linate 2012 – 2018, A.s.d. Promos 2015 – 2016, A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2016 – 2020)
- **Istruttrice di nuoto:**
  - Ambientamento acquatico per bambini 0 – 3 anni e della scuola dell'infanzia  
(Piscina Comunale di Segrate 2007 – 2011, Piscina InSport Linate 2012 – 2018, A.s.d. Sacro Cuore 2015 – 2018, A.s.d. Promos 2015 – 2016, A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2016 – 2020);
  - insegnamento delle tecniche natatorie per bambini della scuola primaria, secondaria e adulti  
(A.S.T.L. 2007 – 2015, Piscina Comunale di Segrate 2007 – 2011, Piscina InSport Linate 2012 – 2018, A.s.d. Sacro Cuore 2015 – 2018, A.s.d. Promos 2015 – 2016, A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2016 – 2020)
- **Assistente bagnante**  
(Piscina Comunale di Segrate 2011 – 2012, Piscina InSport Linate 2012 – 2018, A.s.d. Promos 2015 – 2016, A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2016 – 2020)
- **Istruttrice di nuoto individuale** rivolto a bambini e adulti con disabilità fisiche e intellettive  
(Piscina InSport Linate 2012 – 2018, A.s.d. Promos 2015 – 2016, A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2016 – 2020)
- **Allenatrice** di una squadra di nuoto nel settore "propaganda"  
(Piscina InSport Linate 2016 – 2018)

## Esperienza professionale

### AREA DIDATTICA – SPORTIVA

Lavoro e attività

- Corso di **danza creativa**  
(A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2017 - 2020)
- Corso di **minivolley**  
(A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2017 - 2019)
- Corso di **ginnastica artistica**  
(A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2018 – 2019)
- Progetto "**Fiabe Motorie**": utilizzo della fabulazione nella gestione delle attività motorie rivolte a bambini della scuola dell'infanzia  
(A.s.d. 0 – 110 SaluteInMovimento 2017 – 2019)
- Educatrice presso **campus estivi sportivi**  
(A.s.d. Centro Shuster 2020, A.s.d. Leone XIII Sport 2020, Piscina InSport Linate 2012 – 2018)
- Corso di **ginnastica ritmica**  
(A.s.d. Sacro Cuore 2016 – 2017)
- **Arbitro di pallavolo** categoria under 14 in campionato CSI  
(Polisportiva Sacro Cuore 2007 – 2009)

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

### Istruzione

#### Laurea

- **Magistrale** in “Scienze dell’attività fisica per il benessere”, rilasciato dalla Facoltà di Scienze Motorie – UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO; titolo: “Analisi biomeccanica della nuotata a crawl: differenza tra atleti normodotati e con Sindrome di Down” (110/110 Lode) 2017
- **Triennale** in “Scienze Motorie e Sport”, rilasciato dall’UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO (106/110) 2012

#### Diploma

- **Maturità** artistica presso la fondazione Sacro Cuore di Milano – Via Rombon, 78, MI (95/100) 2007

### Formazione

#### Ecolife Milano

*Corso Massoterapista M. C. B. (in corso anno 2019/2020)*  
Abilitazione a ottobre 2020

#### Federazione Italiana Nuoto

*Sezione Salvamento*

Brevetto di “Assistente Bagnante” FIN-146167 – LOM-563099 scade il 31/12/2022

*Sezione Istruzione Tecnica*

Brevetto di “Tecnico” FIN-544314 – scadenza 2021

#### PADI

Open Water Diver – matr. 1811EO6740 – 21/10/2018

Advanced Open Water Diver – matr. 1811EO6750 – 05/11/2018

Enriched Air Diver – matr. 1812EK1042 – 28/12/2018

Rescue Diver – matr. OWSI-293973 – 08/05/2019

#### AREU

BLSD Rianimazione cardiopolmonare e defibrillazione precoce 21/12/2018

#### NASM

Istruttore di “Get Gymball Evo Training” 03/09/2017

#### InSport

Corso di “Sicurezza sul lavoro negli Impianti Sportivi” 09/04/2016

#### ATS™

Specialista in Esercizio Correttivo® 22/02/2015

#### POSTURALMED S.A.

1/2° Livello base Pancafit 13/12/2015

#### NonSoloFitness®

Diploma nazionale di “Istruttore di 2° livello di Acquagym” 12/11/2017

Diploma nazionale di “Istruttore di Hydrobike” 28/05/2015

Diploma nazionale di “Istruttore di 1° livello di Acquagym” 07/12/2014

#### Tirocini

*Pio Albergo Trivulzio*

Affiancamento di fisioterapisti presso la residenza per malati di Alzheimer e reparto amputati: 2013 – 2014

*PHB (Polisportiva Bergamasca Onlus)*

Nuoto agonistico e non agonistico con persone con disabilità fisiche e intellettive: 2013 – 2014

## COMPETENZE PERSONALI

Madrelingua Italiana  
Lingua Straniera

Inglese  
Tedesco  
Spagnolo

Comprensione		Parlato		Scritto
Ascolto	Lettura	Interazione orale	Produzione orale	
B2	B2	B2	B2	B2
A1	A1	A1	A1	A1
A2	A1	A2	A1	A1

*Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue*

Capacità e competenze sociali

Capacità di lavorare in gruppo maturata grazie alla pratica di sport di squadra, di arti marziali e all'interesse personale maturato nell'ambito sportivo legato alle disabilità, che presuppone la capacità di relazionarsi a persone con bisogni ed esperienze diverse, oltre alla relazione che esiste tra il singolo soggetto e la famiglia di origine, soprattutto in caso di minore.

Capacità e competenze organizzative

Capacità di lavorare in situazioni di stress, data dall'esperienza acquisita grazie alla competizione sportiva e all'esperienza maturata come coordinatrice di corsi in piscina, che presuppone la capacità di programmare tenendo in considerazione i bisogni di utenti, collaboratori e struttura in cui l'associazione opera

Competenze informatiche

Internet - Utilizzo Pacchetto Office ed Excel

Altre capacità e competenze

Sportive (sport praticati in ordine cronologico):

- Kali (arte marziale filippina)
- Pallavolo (2° Divisione FIPAV)
- Partecipazione a tornei europei universitari sportivi (calcio, basket, volley, atletica, cheerleading contest)
- Nuoto agonistico
- Nuoto sincronizzato
- Ginnastica ritmica

Artistiche:

- Lavori con materiali di riciclo
- Scrittura su legno con pirografo
- Pittura

Patente

B

## ULTERIORI INFORMAZIONI

Volontariato presso la PHB (Polisportiva Bergamasca Onlus) dal 2013 al 2017: nuoto libero in affiancamento a persone con disabilità fisiche o intellettive di varia natura. Amante della natura: gite in montagna, scalata, immersioni subacquee e bicicletta. Amante della lettura: storie vere, romanzi gialli, saggi sulla natura (vegetale e animale), letture inerenti all'attività professionale (riviste specialistiche o libri sulle ultime scoperte scientifiche soprattutto nell'ambito acquatico).

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'art. 13 del D.Lgs. 196/2003 e all'art. 13 del Regolamento UE 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche con riguardo al trattamento dei dati personali.

*Carlo Belli*