Curriculum Vitae Erika Ferri



Erika Ferri



Via Pisana Livornese 82, Cecina (LI) 57023

349 0749855

erikaferri@hotmail.it

Data di nascita 19/09/1988 Cecina (LI) Italia

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Da Settembre 2015-Tutt'ora

Istruttrice di Atletica Leggera.

Società Circolo Giovanile Atletica Costa Etrusca.

Insegnamento a bambini e ragazzi di età compresa tra 5 e 18 anni, con programmazione di allenamenti, attraverso il mantenimento della conoscenza approfondita di tutte le regole, delle procedure di gara, delle tecniche di allenamento e delle tendenze attuali dell'Atletica Leggera.

Sviluppo di linee guida per la prevenzione degli infortuni, solida capacità di giudizio come allenatore durante l'esecuzione di compiti e funzioni.

Costruzione di solidi rapporti con gli atleti e con gli assistenti prima, durante e dopo le stagioni di allenamento .

Continua pubblicità per il reclutamento di nuovi atleti, attraverso progetti nelle scuole (es. "l'Atletica va a scuola" nelle scuole medie e "gioco-sport" nelle elementari), eventi estivi e campo estivo.

Da Aprile 2017-Tutt'ora

Operatore del massaggio sportivo.

Tecniche di massaggio svedese e massaggio generale.

Tecniche di massaggio sportivo (applicazioni in pre-gara e post-gara, esercitazioni pratiche sulle problematiche traumatiche di base dello sportivo).

Tecniche di massaggio linfodrenante.

Coppettazione manuale: applicazione di coppette per decontrarre o agire sugli inestetismi della pelle.

Settembre 2013-Dicembre 2015

Istruttrice Fitness.

Palestra Morphè a S. Pietro in Palazzi e Piombino.

Corsi musicali: fit boxe, total body, gag, step, body pump, stretching ecc.

Sala pesi: assistenze e programmazione schede.

PT: allenamenti personalizzati .

Macchinari dimagranti: elettrostimolazione, slimbelly, vacufit, pedana vibrante.

seek lie

23/04/19



ESPERIENZA PROFESSIONALE STAGIONALE

2016-2015

CAMERIERA.

Ristorante Pescebueno. Rosignano Solvay.

2009-2012

Gastronoma.

CONAD di S. Pietro in Palazzi e Castiglioncello.

2008

Barista.

Campeggio Bocca di Cecina . Marina di Cecina.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Laureanda in Scienze Motorie presso l'Università di Medicina e Chirurgia di Firenze

Responsabile sportivo Associazione Targa Cecina.

Gennaio 2019

Attestato di Operatore Specializzato nell'applicazione della coppettazione.

Febbraio 2017

Attestato di massaggiatrice Sportiva presso ARIFISS-HuMoRe Laboratory, Pisa.

Ottobre 2015

BLSD (attestato di Primo Soccorso) presso la Misericordia di S. Pietro in Palazzi.

2008

Attestato di Istruttrice di Atletica Leggera presso il centro CONI di Livorno.

Giugno 2008

Diploma Liceo linguistico, Scuola Superiore E. Fermi.

Certificazioni: DELF A1/A2 ,lingua francese, FIT 1/FIT 2, lingua tedesca. Buona conoscenza delle lingue inglese, francese e tedesco.

Massima serietà ed impegno. Atteggiamento positivo. Disponibile al cambiamento ed all'apprendimento. 23/04/2019