



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **FRANCESCA BOTTAZZI**

Indirizzo

Telefono

E-mail

Nazionalità

Data di nascita

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a) **2019 - 2021**
- Nome e tipo di istituto di istruzione **Università Degli Studi di Milano – Facoltà di Scienze Motorie**
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Il corso di laurea ha come obiettivo la formazione di specialisti dell'attività motoria finalizzata alla promozione, conduzione prevenzione e mantenimento di uno stile di vita attivo e funzionale sia di soggetti sani che affetti da patologie muscoloscheletriche acute e croniche, entrando così in possesso di competenze tecniche, didattiche e scientifiche adeguate alla progettazione e conduzione di attività fisica sportiva, preventiva e rieducativa.
- Qualifica conseguita

Laurea Magistrale in Scienza dell'attività fisica per il benessere LM-67 Scienze e Tecniche delle attività motorie preventive e adattate. (Studente lavoratore durante tutto il corso di studi)
- Date (da – a) **2015 - 2018**
- Nome e tipo di istituto di istruzione **Università Degli Studi di Parma - Facoltà di Medicina e Chirurgia**
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Il programma di studi del Corso di Laurea in Scienze Motorie Sport e Salute offre una formazione di base favorendo l'acquisizione di conoscenze specifiche relative a anatomia e fisiologia umana, ai meccanismi traumatici e alle modalità di recupero in seguito a infortuni; inoltre promuove l'acquisizione delle tecniche di allenamento base sia individuali che per sport di squadra.

Biologia, Chimica, Biochimica, Anatomia, Fisiologia, Teoria e Tecnica dell'allenamento, Traumatologia.

- Qualifica conseguita Laurea Triennale in Scienze Motorie Sport e Salute (Studente lavoratore durante tutto il corso di studi)
- Date (da – a) 2009 – 2014
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Liceo delle Scienze Sociali G.Molino Colombini indirizzo Biomedico
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio S.Sociali / Biologia / Chimica / Italiano
- Qualifica conseguita Diploma delle Scienze Sociali

ESPERIENZA LAVORATIVA

- Date (da – a) -Settembre 2015/Settembre 2021
- Nome e indirizzo del datore di lavoro AREA 10 s.r.l.s. Via Formaleoni, 6 Podenzano, PC.
- Tipo di azienda o settore Palestra di fitness
- Tipo di impiego Istruttrice di sala e personal training
- Principali mansioni e responsabilità Inizialmente ho svolto ore di tirocinio previste dall' università di Parma in cui ho potuto assistere a sedute di allenamento, sia singole che di squadra come preparazioni atletiche in vista dell'inizio dei campionati e sedute di personal training, grazie all' affiancamento a istruttori, che mi hanno fornito nozioni sulle modalità e tecniche del lavoro da svolgere. Ho acquisito le conoscenze di base sull' utilizzo dei macchinari e sulle modalità di esecuzione degli esercizi assegnati, grazie a periodi di assistenza in sala pesi.
- Giugno-Settembre 2019/ Giugno-Settembre 2020/ Giugno-Settembre 2021, Piscina Comunale di San Giorgio
- Assistente bagnanti e addetta Reception;
Ho svolto ore di assistenza ai bagnanti in vasca e come responsabile reception durante i mesi estivi maturando una buona autonomia e capacità nel gestire diverse situazioni.
- Marzo 2021 Centro Medico Lusenti Srl;
periodo di tirocinio della durata di 500 ore, previste dall'università di Milano, affiancando fisiatra e fisioterapisti con la possibilità di approfondire e ampliare le mie conoscenze in ambito rieducativo e di recupero da patologie acute e croniche dell'apparato muscolo-scheletrico, anche in ambiente acquatico, grazie alla presenza nella struttura di una piscina riabilitativa. Ho poi proseguito il mio percorso lavorativo presso il centro una volta finite le ore di tirocinio, svolgendo sedute di idrochinesiterapia in piscina seguendo pazienti di varie età e con diverse necessità tramite attività preventive ed adattate.

**CAPACITÀ E COMPETENZE
PERSONALI**

MADRELINGUA

ITALIANO

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione

INGLESE

BUONO

BUONO

BUONO

FRANCESE

BUONO

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione

BUONO

BUONO

**CAPACITÀ E COMPETENZE
RELAZIONALI**

Sono una persona comunicativa ed empatica con buone capacità di gestione dei rapporti con i clienti, maturate durante le esperienze lavorative e sportive. Ho imparato a relazionarmi con persone di diverse età (bambini, adolescenti e adulti) anche in situazioni di difficoltà e stress, riuscendo ad ottenere attenzione e ascolto, acquisendo negli anni ottime capacità di gestione delle attività e di lavori di gruppo senza alcun problema di dialogo e/o interazione.

**CAPACITÀ E COMPETENZE
ORGANIZZATIVE**

Durante il percorso di studi e nella crescita personale ho maturato un'ottima capacità organizzativa, in quanto abituata a gestire gruppi di persone e ad organizzarne il lavoro.

Abilità nel lavorare in situazioni di stress acquisita grazie alla pratica di sport a livello agonistico in cui concentrazione, rispetto e determinazione sono requisiti minimi.

**CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE**

Buona conoscenza dei principali strumenti di Office come Word, Excel e Power Point, Internet.

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Partecipazione ad un corso ecmfad online, riguardante il metodo Lionese nel trattamento della scoliosi, tenuto dal Dott. Jean Claude de Mauroy, Claudio Lamartina e Pieremilia Lusenti durante le ore di tirocinio previste dall'Università di Milano, con assegnazione di attestato finale valido su tutto il territorio nazionale.

Partecipazione al percorso formativo For24 per il conseguimento dei 24 cfu per l'insegnamento a scuola.

Partecipazione ad un corso formativo a Parma per l'applicazione del tape elastico diventando operatore specializzato con certificazione ufficiale ATS, Advanced Training System, con abilitazione all' utilizzo del nastro per trattare zone doloranti dell'apparato muscolo/scheletrico.

Conseguimento del brevetto di Assistente Bagnanti e DAE dopo aver frequentato il corso intensivo (40 ore della durata di un mese) presso il Centro Polisportivo Comunale di Piacenza.

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”.

FRANCESCA BOTTAZZI