

# Silvia Rossello

P.Iva 09193970960

[rossello.sil@gmail.com](mailto:rossello.sil@gmail.com)

## ESPERIENZA LAVORATIVA

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| Date (da – a)             | 02/2016 →  |
| Struttura                 | <b>Idea Blu</b> - Pavia  |
| Mansioni e responsabilità | Gestione spazio Pilates con Attrezzi e Corsi Ginnastica Posturale  |
| Date (da – a)             | 09/2014 →  |
| Struttura                 | <b>Palestra UNI-FIT Bocconi</b> - Milano   |
| Mansioni e responsabilità | Personal Trainer - Referente corsi di ginnastica dolce e antalgica (piccoli gruppi)  |
| Date (da – a)             | 03/2012 → 06/2014  |
| Struttura                 | <b>Olistica Salus</b> - Milano   |
| Mansioni e responsabilità | Personal Trainer – Insegnante di pilates (lezioni individuali,duetti e piccoli gruppi) – Referente corsi di ginnastica antalgica (piccoli gruppi)  |
| Date (da – a)             | 07/2010 → 03/2012  |
| Struttura                 | <b>Physioclinic</b> – Milano<br>Centro di eccellenza nel settore della riabilitazione ortopedica e sportiva.<br>Punto di forza la direzione di un team di medici accreditati a livello internazionale e il lavoro in equipe (Medici, Fisioterapisti e Chinesiologi). |

Mansioni e responsabilità      Personal Trainer e istruttrice di pilates  
Le sedute personalizzate (individuali o in duetto) rappresentano il continuum naturale nella catena riabilitativa.  
Particolare attenzione alla creazione di programmi post-riabilitativi specifici.

Date (da – a)      04/ 2008 → 07/2010

Struttura      **Studio Fisioterapico Bassi – Opera (MI)**

Mansioni e responsabilità      Lavoro in equipe con una fisioterapista nella rieducazione post-operatoria (protesi d'anca, ricostruzione LCA, ecc.) e post-traumatica (terapia conservativa).  
Ginnastica correttiva – Massaggi Terapeutici –  
Terapie Fisiche (rada, laser, ultrasuoni, tecar ecc.)

Date (da – a)      10/2002 – 12/2011

Struttura      **Polisportiva “Città di Opera”**

Mansioni e responsabilità      Allenatrice di calcio settore attività di base (2002-2008)  
Responsabile Categoria Pulcini(2008-2009)  
Responsabile Settore Giovanile (2009 fino al 12/2011)

Principali mansioni e responsabilità      Reclutamento allenatori e gestione budget del settore specifico  
Formazione e affiancamento allenatori  
Gestione relazioni genitori – società e genitori-allenatore

Date (da – a)      5/2009 → 11/2009

Struttura	<b>Fisiolab</b> – Pavia
Mansioni e responsabilità	Lavoro in equipe con i fisioterapisti nella rieducazione post-operatoria (protesi d'anca, ricostruzione LCA, ecc.) e post-traumatica (terapia conservativa) e attraverso l' utilizzo di terapie fisiche (radar, laser, ultrasuoni, tecar ecc.)
Date (da – a)	01/ 2003 – 07/2010
Struttura	<b>Palestra AGS</b> – Opera (MI)
Mansioni e responsabilità	Istruttrice in sala fitness. Istruttrice di corsi di ginnastica antalgica e medica. Personal Trainer. Attività in gruppo per persone con problemi osteoarticolari. Attività personalizzata per persone in fase post-operatoria Attività individuale di ginnastica correttiva
Date (da – a)	10/2007 – 06/2010
Struttura	<b>Comune di Locate Triulzi</b>
Mansioni e responsabilità	Istruttrice di ginnastica antalgica e medica  Attività motoria in gruppo per persone con problemi osteoarticolari
Date (da – a)	Dall'anno scolastico 2007 al 2010
Struttura	<b>Scuola Primaria “Gianni Rodari”</b> – Opera (MI)
Mansioni e responsabilità	Insegnante di educazione fisica
Date (da – a)	12/2005 – 06/2007
Struttura	<b>Palestra “20 Hours”</b> - Milano

Mansioni e responsabilità	Istruttrice in sala fitness – Personal Trainer
Date (da – a)	03/2005 – 05/2005
Struttura	<b>Studio Radiologico Fisioterapico Pavese</b> – Pavia
Mansioni e responsabilità	Tirocinio  Affiancamento ai fisioterapisti nel recupero motorio di soggetti con problemi osteoarticolari e neurologici. Rieducazione post-operatoria (protesi d'anca, ricostruzione LCA, ecc.) e post-traumatica (ictus, brocopolmoniti). Ginnastica respiratoria e utilizzo di terapie fisiche (radar, laser, ultrasuoni, ecc.)
Date (da – a)	03/2004 – 04/2004
Struttura	<b>Clinica Ospedaliera “Città di Pavia”</b> – Pavia
Mansioni e responsabilità	Tirocinio  Affiancamento ai fisioterapisti nel recupero motorio di soggetti con problemi osteoarticolari e neurologici. Rieducazione post-operatoria (protesi d'anca, ricostruzione LCA, ecc.) e post-traumatica (ictus, brocopolmoniti). Ginnastica respiratoria e utilizzo di terapie fisiche (radar, laser, ultrasuoni, ecc.)
Date (da – a)	03/2003 – 04/2003
Struttura	<b>Scuola Primaria “Ada Negri”</b> – Pavia
Mansioni e responsabilità	Tirocinio  Insegnante di Educazione Fisica

**ISTRUZIONE E  
FORMAZIONE**

Date (da – a) 30 aprile/1 maggio , 28/29 maggio, 25/26 giugno  
2016

Istituto di Formazione	Accademia Shiatsu Do – sede Torino
Abilità professionali	Corso di specializzazione “ <b>I Kata professionali del Maestro Masunaga</b> ”
Date (da – a)	10/2013 – 2016
Istituto di Formazione	Accademia Shiatsu Do – sede Milano e Firenze
Abilità professionali	Corso professionale “Operatore Shiatsu”
Qualifica conseguita	<b>Operatore Shiatsu</b>
Date (da – a)	15-16/giu 2013
Istituto di Formazione	CSEN
Qualifica conseguita	<b>Istruttrice Ginnastica Pre-Post Parto</b>
Date (da – a)	24-25/set e 1-2/ott 2011
Istituto di Formazione	Coni (Comitato Provinciale di Milano)
Abilità professionali	Area metodologica (teoria, tecnica e applicazioni pratiche nella didattica d'insegnamento); - Area medica (salute e benessere, cenni d'auxologia, alimentazione, traumatologia e primo soccorso); - Area psico/socio/pedagogica (gestione di gruppi, comunicazione).
Qualifica conseguita	Corso “ <b>Educatori Sportivi</b> ”
Date (da – a)	10/2007 → 11/2009
Istituto di Formazione	Centro Servizi Formazione - Via Riviera 23 Pavia
Abilità professionali	Massaggio, Attrezzature Elettromedicali, Idrokinesiterapia e Bendaggio Funzionale

Qualifica conseguita **“Massaggiatore e capo bagnino degli stabilimenti idroterapici” MCB**

Date (da – a) 10/2004 – 04/2007

Istituto di Formazione Università degli Studi di Pavia

Abilità professionali L'importanza dell'attività motoria come terapia in numerose patologie osteo-articolari, metaboliche, cardiache e respiratorie e nella disabilità

Qualifica conseguita **Laurea in “Scienze delle attività motorie preventive e adattate”**

Laurea Specialistica

Date (da – a) 10/2001 – 10/2004

Istituto di Formazione Università degli Studi di Pavia

Abilità professionali Metodologia di allenamento e pianificazione di progetti di attività motoria per bambini, adulti e anziani

Qualifica conseguita **Laurea in “Educazione motoria preventiva e adattata”**

Laurea di 1° livello

Date (da – a) 5/2002 - 11/2003 - 2/2004

Istituto di Formazione Centro Vismara – Milano  
Convegni Monotematici

Abilità professionali

“La spalla dello sportivo”  
“Il ginocchio dello sportivo”  
“La caviglia dello sportivo”  
Attestato di partecipazione

Istituto di Formazione  
Abilità professionali  
Qualifica conseguita

Liceo Scientifico “Albert Einstein” – Via Albert Einstein 3 Milano  
Matematica, Scienze, Fisica, Informatica  
**Maturità Scientifica**  
Scuola Secondaria Superiore

**CAPACITÀ E  
COMPETENZE  
PERSONALI E  
RELAZIONALI E  
ORGANIZZATIVE**

Sei anni come membro del direttivo della società calcistica “Città di Opera” mi hanno insegnato a puntare alla qualità della proposta, a trovare collaboratori che credano nel progetto avendo sempre un occhio di riguardo al budget!  
Nel mondo del fitness la mia parola chiave è fidelizzazione: fai capire al cliente cosa lo fa star bene e ritornerà sicuramente in compagnia!

Il mio goal è lavorare in un ambiente sereno e di collaborazione reciproca  
Proprio per questo di solito vado d'accordo con tutti, sono simpatica e vivace,  
porto rispetto per i colleghi e il loro lavoro e se c'è qualche problema  
cerco di affrontarlo con calma, maturità e diplomazia.

Partiamo dal presupposto che amo questo lavoro.  
Sotto pressione lavoro meglio. Se sbaglio, lo ammetto e rimedio. Se ho bisogno, chiedo. Se mi chiedono, do. Se qualcuno ha smarrito la via, gliela indico con comprensione, così arriviamo insieme al risultato.  
La mia esperienza sportiva, prima da atleta (calciatrice con due stagioni in serie B) e poi da organizzatrice, mi ha portato a credere moltissimo nel lavoro di squadra e nella forza che il team ha sia nella gestione delle situazioni difficili che nella crescita individuale!

