

FORMATO EUROPEO PER IL CURRICULUM VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome ILENIA PLEBANI

Indirizzo

Telefono

E-mail

Nazionalità ITALIANA

Data di nascita 08/01/1977

ESPERIENZA LAVORATIVA

• Date (da – a)

• Nome e indirizzo del datore di lavoro

• Tipo di impiego

• Date (da – a)

• Nome e indirizzo del datore di lavoro

• Tipo di impiego

• Date (da – a) :

• Nome e indirizzo del datore di lavoro

• Tipo di impiego

DA GIUGNO 1999 A GIUGNO 2005

Giuseppe Romagialli – presso la società Educare Nuotando nella Piscina comunale di Romano di Lombardia (BG)

Assistente bagnante –Istruttore 1° e 2° livello (baby 0-36, pulcini 3-5 anni, bambini 6-12 anni, adulti e disabili), istruttore acquagym

DA SETTEMBRE 2002 A GIUGNO 2004

presso la Società La Vela nella Piscina Comunale di Ancona

Assistente bagnante –Istruttore 1° e 2° livello (baby 0-36, pulcini 3-5 anni, bambini 6-12 anni, adulti e disabili), istruttore acquagym

DA GIUGNO 2005 AD OGGI

presso la Società Gestioni Nuoto ssd srl nella Piscina di Ghisalba (BG) e attualmente presso al Società Spazio Sport One a Palazzolo S/O (BS)

Consulente nutrizionale per la Squadra di nuoto agonistica Sport Time e Squadra Master Spazio Sport One

• Date (da – a)

DA GIUGNO 2005 A GIUGNO 2015.

• Nome e indirizzo del datore di lavoro

• Tipo di impiego

• Date (da – a)

• Nome e indirizzo del datore di lavoro

• Tipo di impiego

presso la Società Gestioni Nuoto ssd srl nella Piscina di Ghisalba (BG)

Assistente bagnante –Istruttore 1° e 2° livello, (baby 0-36, pulcini 3-5 anni, bambini 6-12 anni, adulti e disabili), allenatore nuoto 2° livello (settore propaganda e esordienti A e B e master), istruttore acquagym, hidrobike, acquatreadmill, responsabile del reparto fitness in acqua, Coordinatore Scuola Nuoto, addetta alla segreteria e Direttore impianto dal 2012 al 2015.

DA LUGLIO 2015 A OTTOBRE 2019

presso la Società Spazio Sport One ssd nella Piscina di Palazzolo S/O (BS)

Assistente bagnante –Allievo Istruttore e Istruttore di base, (baby 0-36, pulcini 3-5 anni, bambini 6-12 anni, adulti), istruttore acquagym, hidrobike, aquatreadmill, addetta alla segreteria, allenatore di 2° livello della squadra agonistica Sport Time.

Da OTTOBRE 2018 AD OGGI

Presso Acquatica Sport e Fitness a Romano di L. Allievo Istruttore e Istruttore di base, (baby 0-36, pulcini 3-5 anni, bambini 6-12 anni, adulti), istruttore acquagym, hidrobike, aquatreadmill

- Date (da – a)
 - Dal 1999 Assistente bagnante F.I.N
 - Dal 1999 Istruttore 1° livello F.I.N
 - Dal 2000 Istruttore 2° livello F.I.N
 - Dal 2001 Istruttore acquagym
 - Dal 2006 Istruttore hydrobike e acquatreadmill
 - Dal 2010 allenatore di nuoto 1° livello F.I.N
 - Dal 2011 Docente Regionale F.I.N Comitato Lombardo
 - Dal 2011 Coordinatore Scuola Nuoto F.I.N.
 - Dal 2012 Allievo istruttore triathlon
 - Dal 2013 Istruttore triathlon
 - Dal 2013 Istruttore Specialistico di Fitness in acqua
 - Dal 2014 Allenatore di nuoto 2° livello F.I.N.
 - Dal 2019 Allenatore di nuoto e nuoto per salvamento
- Attestati di partecipazione al corso di:
- Incontro tecnico “L’allenamento degli esordienti esperienze a confronto” della F.I.N.
 - Babyssimi della UIPS
 - Seminario di aggiornamento “attività master” della F.I.N
 - Hydro intensive work della F.I.N
 - Fitness convenziona “acquafive” della F.I.N
 - Stage “acquabike e acquatreadmill” della UIPS
 - Stage “Acquafitness” della EEA
 - Hydrostep – Acquagym – Hydrobike – Acquatreadmill della UIPS
 - Master “Total hydro fitness” della Soc. Nazionale Salvamento
 - Corso di aggiornamento docenti regionali (settembre 2011-2012)
 - Convegno allenatori di nuoto (novembre 2011-2012-2013)
 - Convegno nazionale triathlon 2012-2013
 - Ricerca dei talenti in usa e Italia e la preparazione e gestione dei team nelle grandi competizioni olimpiche e mondiali(ottobre 2013)
 - Corsi aggiornamento triathlon (2014)
 - Corso di aggiornamento: Elementi caratterizzanti la prestazione del nuoto:approfondimenti (Bologna 2015)
 - Corso di aggiornamento: dalla scienza alla prestazione (Bologna 2016)
- Altro:
- Collegiali con la Nazionale Italiana di Nuoto:
Parma (Ottobre 2011)
Colle Val d’Elsa (Gennaio 2012)
- ISTRUZIONE E FORMAZIONE**
- Date (da – a)
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita
 - Date (da – a)
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita
 - Date (da – a)
 - Nome e tipo di istituto di
- DAL 1991 AL 1996
Liceo Linguistico presso l’istituto “Giovanni Falcone” a Romano di Lombardia (BG)
Diploma liceo linguistico (Inglese – Francese - Tedesco)
- DAL 1996 AL 2004
Inizio Corso di laurea in scienze biologiche presso l’Università Statale di Milano successivo trasferimento all’Università politecnica delle Marche di Ancona
Laurea in biologia marina e oceanografia presso l’Università politecnica delle Marche di Ancona
- Nel 2013
Facoltà Scienze Motorie dell’Università di Brescia

istruzione o formazione

- Qualifica conseguita

Attestato di partecipazione al corso di formazione "COMUNICAZIONE & SPORT"

- Date (da - a)

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

- Qualifica conseguita

Nel 2015

Acquasport sas con AREU 118 e Regione Lombardia

Certificato di operatore LAICO BLSD (rianimazione cardiopolmonare di base e defibrillatore precoce) , aggiornamento settembre 2018.

- Date (da - a)

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

- Qualifica conseguita

Dal 2015 al 2022

Società di consulenza Nutrimedifor

- Master Nutrifor nutrizione umana (2015)
- Corso di perfezionamento Nutimedifor in alimentazione e nutrizione pediatrica (2016)
- Corso di perfezionamento Nutrimedifor in nutrizione nelle varie discipline sportive
- Corso di perfezionamento Il diabete SNS
- Corso perfezionamento la perdita di grasso e la definizione SNS
- Corso perfezionamento alimentazione in gravidanza e allattamento SNS
- Corso FAD Interazioni tra fitoterapici e farmaci convenzionali
- Corso FAD effetti positivi di una dieta controllata sul tono dell'umore e sui parametri biochimici in pazienti con sindromi coronariche acute
- Corso FAD Nuovi scenari diagnostici delle infezioni sessualmente trasmissibili
- Ruolo dell'educazione alimentare nella ridefinizione del percorso terapeutico e nel miglioramento della qualità di vita del paziente con diabete mellito tipo 2
- La sicurezza microbiologica degli alimenti

- Date (da - a)

Da gennaio 2018 apertura partita Iva, iscrizione all'albo dei biologi sez.A n° AA-079460 , iscrizione all'ENPAB e inizio attività professionale di biologo nutrizionista

Da ottobre 2019 ad oggi Docente di Matematica e Scienze

Anno 2019-2020 Docente Matematica e Scienze presso Scuola Secondaria di Primo Grado a Tagliuno,

Anno 2020-2021 Docente di sostegno presso Scuola Secondaria di Primo Grado a Covo

Anno 2020-2021 Docente di Matematica e Scienze presso Scuola Secondaria di Primo Grado a Romano di Lombardia

Buona capacità di utilizzo dei sistemi informatici come: gestione posta elettronica, windows e in particolare il pacchetto office.

CAPACITA' E COMPETENZE PERSONALI

Italiana

ALTRE LINGUA

Capacità di lettura
Capacità di scrittura
Capacità di espressione orale

Inglese-Francese
Buono
Buono
Buono

PATENTE

B AUTOMUNITA

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi dell'art. 26 della legge 15/68, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali. Inoltre, il sottoscritto autorizza al trattamento dei dati personali secondo quanto previsto dalla legge 675/96 del 31 dicembre 1996.

Romano di Lombardia, li 24/05/2022

In Fede

Plebani Ilenia