

**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) **DA GIUGNO 1999 A GIUGNO 2005**
• Nome e indirizzo del datore di lavoro **Giuseppe Romagialli – presso la società Educare Nuotando nella Piscina comunale di Romano di Lombardia (BG)**
• Tipo di impiego **Assistente bagnante –Istruttore 1° e 2° livello (baby 0-36, pulcini 3-5 anni, bambini 6-12 anni, adulti e disabili), istruttore acquagym**
- Date (da – a) **DA SETTEMBRE 2002 A GIUGNO 2004**
• Nome e indirizzo del datore di lavoro **presso la Società La Vela nella Piscina Comunale di Ancona**
• Tipo di impiego **Assistente bagnante –Istruttore 1° e 2° livello (baby 0-36, pulcini 3-5 anni, bambini 6-12 anni, adulti e disabili), istruttore acquagym**
- Date (da – a) ;
• Nome e indirizzo del datore di lavoro **DA GIUGNO 2005 AD OGGI**
• Tipo di impiego **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 **presso la Società Gestioni Nuoto ssd srl nella Piscina di Ghisalba (BG)**
• Tipo di impiego **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.**
- Date (da – a)
• Nome e indirizzo del datore di lavoro **DA LUGLIO 2015 A OTTOBRE 2019**
• Tipo di impiego **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, acquatreadmill, 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, acquatreadmill**

• 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

- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) | DAL 1991 AL 1996 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Liceo Linguistico presso l'istituto "Giovanni Falcone" a Romano di Lombardia (BG) |
| <ul style="list-style-type: none"> • Qualifica conseguita | Diploma liceo linguistico (Inglese – Francese - Tedesco) |
| <ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) | DAL 1996 AL 2004 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Inizio Corso di laurea in scienze biologiche presso l'Università Statale di Milano successivo trasferimento all'Università politecnica delle Marche di Ancona |
| <ul style="list-style-type: none"> • Qualifica conseguita | Laurea in biologia marina e oceanografia presso l'Università politecnica delle Marche di Ancona |
| <ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) | Nel 2013 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Nome e tipo di istituto di | 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 Nutrifer 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 LINGUE

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