R_CALABR|AAA0ABE|RGP2026|PROT. N. 0022474|06/10/2026 - Allegato Utente 2 (A02)

europass

Giorgia De Santis

☐ **Abitazione**: ☐ **Indirizzo(i) 2**: ☐ **Cellulare**:

E-mail:

Sesso: femminile | **Data di nascita**: | **Cittadinanza**: ITALIA

OCCUPAZIONE DESIDERATA

chinesiologo

ESPERIENZA PROFESSIONALE

[05/2025 - alla data attuale]

Istruttrice di sala

Contrology Healthy Fitness - PALMI (RC) ITALIA

Attività o settore: servizi

Principali attività e responsabilità: Istruttrice di pilates matwork, pilates props e pilates in gravidanza. Istruttrice di functional training.
Istruttrice di functional training per bambini e ragazzi.

Competenze e obiettivi raggiunti: Gestione del singolo e del team, capacità organizzativa, capacità di coordinamento, problem solving, gestione dell'emotività.

[02/2012 - alla data attuale]

VOLONTARIATO

Azione Cattolica San Giovanni Bosco - PALMI (RC) ITALIA

Attività o settore: servizi

Principali attività e responsabilità: Educatrice e animatrice dei gruppi di varie fasce d'età.
Responsabile del settore giovani di AC dal 2019 e vicepresidente del settore giovani dal 2024.

Competenze e obiettivi raggiunti: Servizio alla comunità, capacità di lavorare in team, capacità di condivisione, organizzazione di eventi per la comunità parrocchiale, leadership

[07/2025 - 07/2026]

SERVIZIO CIVILE UNIVERSALE

COMUNE DI PALMI - PALMI (RC) ITALIA

Area aziendale: risorse umane, formazione

Attività o settore: pubbliche amministrazioni (enti locali, forze armate,...)

Principali attività e responsabilità: Assistenza domiciliare a soggetti anziani per affiancamento nelle attività di vita quotidiana. Conoscenza degli strumenti nel campo dei servizi sociali (sussidio maternità, ADI, banco alimentare, ecc...)

Competenze e obiettivi raggiunti: Affidabilità, capacità comunicativa, gestione del team, problem solving, gestione del tempo, gestione delle risorse, capacità organizzative, servizio alla comunità, gestione di eventi e iniziative.

[03/2022 - 10/2022]

Tirocinio Curriculare

Evolutivamente - GIOIA TAURO (RC) ITALIA

Attività o settore: istruzione, formazione, ricerca e sviluppo

Principali attività e responsabilità: Sviluppo schemi motori di base con bambini dai 3 agli 11 anni. Allenamento funzionale con ragazzi di 12 anni.

Competenze e obiettivi raggiunti: Realizzazione allenamento funzionale per bambini e ragazzi dai 3 agli 11 anni, approfondimento del metodo con bambini e ragazzi con difficoltà cognitive e motorie.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

[2019 - 2024]

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Università degli Studi 'Magna Graecia' di CATANZARO

Sede: CATANZARO

Laurea in Scienze delle attività motorie e sportive

Votazione finale: 103/110

Livello QEQ: 6

Livello NQF: Laurea di primo livello (3 anni)

Titolo della tesi: I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE NELLO SPORT.

ALTRE ATTIVITÀ DI FORMAZIONE

[2025 - 2025]

DIPLOMA ISTRUTTRICE PILATES MATWORK

Il presente curriculum vitae contiene informazioni riservate raccolte dal Consorzio Interuniversitario AlmaLaurea. È vietata la riproduzione, parziale o completa e la diffusione a terzi
Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel presente curriculum vitae ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679.

Durata: 4 giorni

PILATES MATWORK

FIF - FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS

Descrizione attività:

Conoscenza teorica e pratica di tecniche ed esercizi tradizionali e innovativi del metodo Pilates.

[2025 - 2025] **DIPLOMA ISTRUTTRICE PILATES PROPS**

Durata: 2 giorni

PILATES PROPS

FIF - FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS

Descrizione attività:

Applicazione dei piccoli attrezzi del pilates agli esercizi del matwork per aumentare l'intensità con diversi livelli di sfide.

[2025 - 2025] **ISTRUTTRICE PILATES IN GRAVIDANZA E TERZA ETA'**

Durata: 2 giorni

PILATES IN GRAVIDANZA E TERZA ETA'

FIF - FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS

Descrizione attività:

Conoscenza teorica e pratica delle tecniche del metodo pilates applicate in gravidanza e terza età.

[2025 - 2025] **DIPLOMA ISTRUTTRICE GINNASTICA PRE E POST PARTO**

Durata: 1 giorni

ISTRUTTRICE GINNASTICA PRE E POST PARTO

FCSM - FORMAZIONE CONTINUA SCIENZE MOTORIE

Descrizione attività:

Conoscenza teorica e pratica della ginnastica pre e post parto.

[2024] **BIA START**

Durata: 1 giorni

Conoscere e interpretare la metodica BIA

AKERN ACADEMY

Descrizione attività:

Avviamento alla conoscenza e interpretazione della metodica BIA e della composizione corporea.

STUDI PRE-UNIVERSITARI

[2016] **Diploma secondario**: Liceo Linguistico
Diploma italiano

COMPETENZE LINGUISTICHE

Altra(e) lingua(e)

Inglese

ASCOLTO: A2 **LETTURA:** A2 **SCRITTO:** A2
INTERAZIONE ORALE: A2 **PRODUZIONE ORALE:** A2

Spagnolo

ASCOLTO: B2 **LETTURA:** B2 **SCRITTO:** B2
INTERAZIONE ORALE: B2 **PRODUZIONE ORALE:** B2

Livelli: A1/2 Livello base - B1/2 Livello intermedio - C1/2 Livello avanzato
Quadro comune europeo di riferimento per le lingue

COMPETENZE DIGITALI

AUTOVALUTAZIONE				
ALFABETIZZAZIONE SU INFORMAZIONI E DATI	COMUNICAZIONE E COLLABORAZIONE	CREAZIONE DI CONTENUTI DIGITALI	SICUREZZA	RISOLVERE PROBLEMI
Utente avanzato	Utente autonomo	Utente avanzato	Utente base	Utente autonomo

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

Competenze informatiche di base:

OFFICE AUTOMATION

Elaborazione testi: (Altamente specializzato) | **Fogli elettronici:** (Avanzato) | **Software di presentazione:** (Altamente specializzato) | **Suite da ufficio:** (Altamente specializzato) | **Web Browser:**

Il presente curriculum vitae contiene informazioni riservate raccolte dal Consorzio Interuniversitario AlmaLaurea. È vietata la riproduzione, parziale o completa e la diffusione a terzi
Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel presente curriculum vitae ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679.

(Altamente specializzato)

GESTIONE SISTEMI E RETI

Sistemi Operativi: (Avanzato)

Il presente curriculum vitae contiene informazioni riservate raccolte dal Consorzio Interuniversitario AlmaLaurea. È vietata la riproduzione, parziale o completa e la diffusione a terzi
Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel presente curriculum vitae ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679.