

Curriculum Vitae di Anna Silvia Perin

Anna Silvia Perin

Via Piovego, 5/A

31030 Borso del Grappa (TV)

Tel: 3484989685

email: annasilvia.perin@gmail.com



Data/Luogo di nascita	13 Marzo 1990 – Marostica (VI) Italia
Sesso	Femminile
Cittadinanza	Italiana
Istruzione e Formazione	2009: Diploma di Maturità presso il Liceo Scientifico Jacopo Da Ponte, Bassano del Grappa (con voto 77/100) 2013: Laurea di livello triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive presso l'Università degli Studi di Padova (con voto 108/110), tesi dal titolo <i>“Valutazione delle differenze antropometriche, di grasso corporeo e di capacità di salto suddivise per ruolo nella pallavolo: è il ruolo che influenza le prestazioni o è la scelta fatta sulle qualità fisiche che le orienta? Analisi di squadre d'alto livello della pallavolo femminile”</i> 2015: Laurea magistrale in Scienze Motorie Preventive ed Adattate presso l'Università degli Studi di Verona (con voto 110/110 con Lode), tesi di laurea dal titolo <i>“Il ruolo dell'attività fisica adattata in persone affette da sclerosi multipla”</i>; tale tesi viene pubblicata nel 2016 al congresso ECSS di Vienna e successivamente a Bologna al congresso AIPS di Bologna. 2020: Diplomata all'Accademia del fitness femminile-X Woman (con votazione 817/1000) 2021: Concorso straordinario per il ruolo docente nella scuola secondaria di secondo grado (con votazione 74.60/100)
Pubblicazioni	2021 ebook sul pavimento pelvico “Come prevenire e curare attraverso il corretto utilizzo nella quotidianità, prima e dopo il parto” in collaborazione con wellcam e Martina Manduchi.
Esperienze Lavorative e di tirocinio	2011 (Settembre): animatrice centro estivo presso Centro parrocchiale ‘Santa Maria Assunta’ di Marostica. 2012 (Gennaio- Febbraio): tirocinante presso Scuola Secondaria di primo grado statale ‘Natale Dalle Laste’ di Marostica. 2012 (Giugno-Luglio): tirocinante presso la società sportiva di atletica leggera ‘Vimar Marostica’. 2012 (Luglio-Agosto): tirocinante presso il poliambulatorio ‘Romano Medica’ di Romano d'Ezzelino. Dal 2013: allenatrice categoria Ragazzi presso la società sportiva ‘Atletica Vimar’ di Marostica. 2013/2014 (Settembre/Maggio): allenatrice categoria under 12 presso la società sportiva ‘Giorgione Pallavolo’ di Castelfranco Veneto. Dal 2013: progetti di insegnamento dell'atletica leggera presso scuole primarie del territorio di Marostica. 2014 (Marzo-Maggio): tirocinante presso Università degli studi di Verona, progetto adulti e anziani ‘Silver fitness’. 2014-2015-2016-2017 (Giugno e Luglio): animatrice sportiva per la scuola primaria presso centro estivo ‘Girasole’ di Rossano Veneto. 2014 (Luglio-Settembre): tirocinante presso ‘Centro Studi del movimento’ di San Giorgio in Bosco. 2014 (Ottobre): progetti di insegnamento del minivolley presso la scuola primaria ‘Masaccio’ di Castelfranco Veneto. 2014 (Settembre-Dicembre): tirocinante presso il centro riabilitativo ‘Centro Kinesis’ di Thiene. 2014/2015 (Ottobre-Maggio): progetti di insegnamento dell'atletica leggera presso scuole primarie del territorio di Marostica.

2014/2015 (Settembre-Luglio): allenatrice categoria Ragazzi presso la società sportiva 'Atletica Vimar' di Marostica.

2014/2015 (Settembre-Maggio): allenatrice categorie baby volley, minivolley e under 13 presso la società sportiva 'Giorgione Pallavolo' di Castelfranco Veneto.

Dal 2014: allenatrice presso la società sportiva 'Pallavolo Marostica' di Marostica.

Dal 2014 collabora con l'Asd Girasole per corsi di ginnastica dolce per anziani, total body, circuit training, pilates, ginnastica pelvica e ipopressiva, back school con adulti.

Dal 2015: istruttrice del progetto 'Mamme in salute' in collaborazione con UISP e ULSS 7 Area Educazione e Promozione Salute-Dipartimento di Prevenzione.

2015/2016 (Ottobre-Maggio): istruttrice gioco sport dai 4 ai 6 anni per l'associazione sportiva 'Girasole' di Rossano Veneto.

2016 (Giugno-Luglio): tirocinante presso 'Rari Nantes Piscina di Marostica'.

2016 (Gennaio-Giugno): tutor sportivo progetto 'Sport di classe' per CONI presso le scuole primarie di Fellette-Romano d'Ezzelino e San Lazzaro-Bassano del Grappa.

2016/2017 (Dicembre-Giugno): tutor sportivo progetto 'Sport di classe' per CONI presso le scuole primarie di Fellette-Romano d'Ezzelino e Marostica.

2016/2017 (Settembre-Giugno): allenatrice di pallavolo categoria under 12 presso la società sportiva 'Centro Giovanile San Martino di Lupari'.

Da ottobre 2016 esperta di attività motoria del progetto Muovimondo in collaborazione con UISP ed ULSS 7 presso alcune scuole primarie

Da giugno 2016 collabora presso il centro 'Kihara-benessere del corpo e della mente' di Castello di Godego con corsi di Circuit Training e Ginnastica Perineale.

Da settembre 2016 a luglio 2017 collabora con il Centro Kinesi per acqua antalgica e attività in palestra.

Da settembre 2016 al 2019 ha collaborato con l'associazione Veneto Benessere con corsi di ginnastica dolce per anziani.

Da novembre 2016 al 2018 ha collaborato con il centro "Acqua e Vita" di Thiene con corsi di acqua fitness e pilates.

Da settembre 2017 al 2019 ha collaborato con la palestra W Sport presso le sedi di Cittadella e San Martino di Lupari come istruttrice corsi e personal trainer.

Tiene il corso "La Salute del tuo perineo a 360°" in collaborazione con il comune di Rossano Veneto (Aprile-Maggio 2017- Gennaio-Marzo 2018- Gennaio-Marzo 2019) e presso la struttura WSport di Cittadella (26 maggio 2018).

17/05/2017 presso l'Università degli Studi di Verona collabora come assistente alla lezione sulla Valutazione Posturale del Corso AFA e Postura della dott.ssa Ilenia Fracca.

Da settembre 2017 tiene presso l'ULSS 7 corsi di pilates e ginnastica dolce.

Dal 2017 al 2019 ha collaborato con il centro H3OM di Rosà per attività specifiche di attività fisica adattata per persone con patologie, pilates, stark body flying, ginnastica pelvica e ipopressiva.

Nel 2017 ha collaborato con The Box Sporting Club – Montebelluna.

2018 (Gennaio-Giugno): tutor sportivo progetto 'Sport di classe' per CONI presso le scuole primarie di Fellette e Sacro Cuore di Romano d'Ezzelino, Pianezze e Valle San Floriano di Marostica.

2018 (Gennaio-Giugno), 2019-2020 (Ottobre-Giugno): insegnante di scienze motorie e sportive presso la scuola secondaria di I° grado Montegrappa, Romano d'Ezzelino.

2018 (Giugno-Luglio): responsabile Cre Estivo di Marostica.

Da settembre 2018 insegnante di Pilates in Gravidanza presso Rossano Veneto (in collaborazione con il Comune e l'Associazione Girasole), Bassano del Grappa (in collaborazione con Ulss 7) e presso H3OM Rosà.

29/09/2018 presso Villa Caffo a Rossano Veneto tiene la conferenza "Attività Fisica Adattata in persone affette da patologie neurodegenerative e non" all'evento Simul in collaborazione con H3OM.

Dal 2018 tiene corsi e sedute specifiche sulla salute del pavimento pelvico e la ginnastica ipopressiva.

2018/2020 (Ottobre-Giugno): insegnante di scienze motorie e sportive presso Liceo G.B. Brocchi, Bassano del Grappa.

2020/2021 (Ottobre-Giugno): insegnante di scienze motorie e sportive presso Ipsia Scotton e I.I.S. Remondini.

Dal 2021 collabora con Wellcam (piattaforma online di personal training).

Dal 2021 collabora con Human centro di fisioterapia, San Giuseppe di Cassola.

Dal 2021 collabora con Associazione oncologica San Bassiano.

2019-2020-2021 (Giugno-Settembre): responsabile presso camp estivo sportivo "PSC Summer Camp".

Da settembre 2021: insegnante di scienze motorie e sportive con contratto a tempo indeterminato presso I.I.S. Remondini.

Da inizio luglio a fine agosto 2024 svolte 80 ore di tirocinio ad afferenza mista presso la palestra della salute di Treviso-Medicina dello Sport ULSS 2.

Da fine agosto a fine ottobre 2024 svolte 40 ore di tirocinio ad afferenza cardiologica per le palestre della salute presso la Cardiologia dell'ospedale di Cittadella-ULSS 6.

Madrelingua	Italiana
Lingue Straniere	Inglese (livello scritto e parlato B1)-Francese (livello scolastico)
Capacità/Competenze informatiche	Buona conoscenza del sistema operativo Windows. Buona capacità di utilizzo del pacchetto Office (Word™, Excel™, Access™, Power Point™). Buona conoscenza e sicurezza nell'utilizzo di Internet. Passione amatoriale per fotografia.
Capacità/Competenze Relazionali e Sociali	Serietà e costanza nell'impegno, mantenendo al contempo un carattere socievole ed aperto. Atteggiamento disponibile e propositivo con altre persone, in particolar modo nelle situazioni e nei contesti nei quali sia data importanza alla comunicazione e al saper lavorare in team.
Competenze organizzative	Coordinamento ed organizzazione di eventi.
Competenze Professionali	Giocatrice di pallavolo in categorie regionali e nazionali: 2006/2007 giocatrice presso Vicenza Volley (categorie giovanili e serie B2), quarto posto alle Finali Nazionali under 18. 2007/2008 giocatrice presso Bassano Volley (categorie giovanili e serie C) 2008/2009 giocatrice presso Pallavolo Godigese (categoria serie B2) 2009/2011 giocatrice presso Pallavolo Argentario (categoria serie C), promozione in serie B2, vincitrice finale Coppa Trentino Alto Adige, premio miglior libero Finale Coppa Triveneto 2011/2012 giocatrice presso Ezzelina Volley Carinatese (categoria serie C) 2012/2015 giocatrice presso Giorgione Pallavolo (categoria serie B2) 2015/2016 giocatrice presso Casa Sebastiano Coredo (categoria serie B2) 2016/2017 giocatrice presso Ezzelina Volley Carinatese (categoria serie B2), terzo posto alla Final Four di Coppa Italia di categoria e promozione in serie B1 Core Trainer Italia, Modena: 2012(Novembre-Dicembre): Corso di Core Trainer con certificato di "Qualifica di Professional Core Trainer", Verona Operatore specializzato nell'applicazione di Taping elastico presso ATS, Arezzo: 2013(Gennaio): Corso di Taping elastico con certificazione. Dal 2013 qualifica di Allievo Allenatore Fipav di pallavolo. Dal 2013 qualifica di Istruttore Fidal di atletica leggera. Dal 2016 qualifica Allievo Istruttore Fin di nuoto. Dal 2016 qualifica di Insegnante di Pilates Basic Matwork Fifi. 2013 (9-11 settembre, Padova): Corso di aggiornamento Scuola dello Sport Coni "Le competenze motorie e sportive dai sei agli undici anni". 2014 (15 novembre, Vicenza): Corso di aggiornamento Coni "Il coaching". Dal 2014 formatore del corso per tecnici per la categoria esordienti di atletica leggera, per la provincia di Vicenza. 2015 (21-22 marzo, Padova): Corso di aggiornamento scientifico "Analisi Posturale: Esame

morfologico, Catene muscolari e recettori.”

2015 (12-13-14 giugno, Asolo): Corso di 1° livello “Back School, Neck School, Bone School: Programmazione, organizzazione, conduzione e verifica.”

2015 (Marzo-Maggio, Verona): Corso di Ginnastica Posturale e Vertebrale Adattata.

2015 (18 ottobre, Bassano del Grappa): Patente D.A.E. Associazione Italiana Soccorritori.

2017 (23 dicembre, Bassano del Grappa): Rinnovo patente D.A.E. Associazione Italiana Soccorritori.

2021 (27 novembre, Bassano del Grappa): Rinnovo intero corso patentino D.A.E. Associazione Italiana Soccorritori.

2015 (13-14 novembre e 4 dicembre, Genova): Corso AISM “Istruttore di attività fisica adattata per persone con sclerosi multipla”.

2016 (31 gennaio 2016, Verona): ATS Posturale.

2016 iscritta all'UNC (Unione Nazionale Chinesiologi).

Dal 2016 iscritta all'AISE (Associazione Italiana Specialisti dell'Esercizio fisico).

Aprile-Maggio 2016 (Altavilla Vicentina): Corso Istruttore Pilates Basic Matwork FIF (Federazione Italiana Fitness).

2016 (7 maggio 2016, Padova): Seminario di aggiornamento scientifico “Il ginocchio patologico in palestra”.

Maggio-Giugno 2016 (San Giuseppe di Cassola): Corso di formazione sul Pavimento Pelvico e sulla Ginnastica Perineale.

2016 (25 giugno, Thiene): Zeba - Il centro della donna “Ginnastica dedicata alla salute della donna e al benessere del pavimento pelvico”- I parte.

2016 (24 settembre, Cittadella): Seminario di aggiornamento scientifico “Istruttore pre e post parto”.

2017 (21 gennaio, Thiene): Zeba - Il centro della donna “Ginnastica dedicata alla salute della donna e al benessere del pavimento pelvico” - II parte.

2017 (30 aprile, Cittadella): Workshop Pilates per la schiena - FIF.

2017 (10-11 giugno, Cittadella): Master di Specializzazione Pilates Props - FIF.

2017 (15-16 ottobre, Rosà): Corso di formazione Body Flying – STARK BODY FLYING

2017 (25-26 novembre, Cittadella): Master di specializzazione Pilates in Gravidanza e Terza Età-FIF.

2018 (24-25 febbraio, Treviso): Pilates conference e Body & Mind Convention-FBI.

2018 (3 marzo, Rubano):Workshop di aggiornamento “Attività motoria in Gravidanza” - AISE.

2018 (17 marzo, Castelfranco Veneto): Partecipazione al II° congresso regionale AISVE “l'Incontinenza: un problema curabile”

2018 (24 marzo, Thiene): Zeba - Il centro della donna “Ginnastica dedicata alla salute della donna e al benessere del pavimento pelvico”- III parte.

2018 (14 aprile, Padova): Workshop di aggiornamento “Arto inferiore: esercizi specifici e rieducazione funzionale in palestra” - AISE

2018 (19 maggio, Padova): “La fascia nelle catene muscolari” – FCSM

2018 (16 settembre, Padova): “ New World, FTS on tour”- Aggiornamento Functional Training School

2018 (6-7 ottobre, Oderzo): “Low Pressure Fitness - I° livello” – FIAF

2018 (24-25 novembre, Treviso): “Postural Lombalgie” – FBI

2018 (10-11 novembre, 1-2 dicembre, Treviso): “Postural Miofasciale” – FBI

2019 (16-17 febbraio, Treviso): "Postural Mèzièrs" – FBI

2019 (23-24 marzo, Treviso): " Low Pressure Fitness-II° livello" – FIAF

2019 (11 maggio, Cittadella): Master di specializzazione "Pilates with big ball"-FIF

2019 (17 maggio, Marostica): Aggiornamento "La scorrevolezza del Grande Psoas"- Donato De Bartolomeo

2019 (16 novembre, Marcon): "Pilates convention" - FBI

2019 (30 novembre-1 dicembre, Settimo Milanese): "Low Pressure Fitness-III° livello"-FIAF

2020 (8-9 febbraio, Asolo): "Cinetica Respiratoria e Pavimento Pelvico con alcune applicazioni nel quotidiano; Decompressione Viscerale, Postura e consapevolezza nella posizione seduta"- Loredana La Torre

2020 (4 aprile, online): Workshop di aggiornamento "Il ruolo dell'esercizio fisico nelle Neoplasie" con AISE

2020 (3 maggio, online): Master "Cellulite trattiamola con i piedi"- Functional training school

2020 (23 maggio, online): Master "Il pavimento pelvico"-Functional Training school

2020 (23 maggio, online): Workshop di aggiornamento "Perché educare al respiro e al rilassamento in palestra?" con AISE

2020 (6 giugno, online): Workshop di aggiornamento "Pilates Roll: le sequenze"- Fitness Best Innovation

2020 (14 novembre, online): "Esercizio fisico e trapianto di organo solido"- AISE

2020 (28 novembre, online): "Eppur si muove, convegno online sulla fascia"- Federazione Italiana Fitness

2020 (12-13 dicembre, online): "Fascia movement and sport"- Fisicamente Formazione

2020 (27 dicembre,online): "Laboratorio pratico sulle Scoliosi"- Gianpiero Marongiu e Stefania Giuliani docenti FIF

2021 (gennaio-febbraio, online): "Hypopressive RSF level 1"- Método Ipopresivo Marcel Caufriez.

2021 (20 marzo, online): "Pink fascia, la fascia e la salute delle donne"- Fisicamente Formazione.

2021 (20 marzo, online): "Il repertorio dei grandi attrezzi eseguiti a terra"- Pilates Rimini convention, Atelier Pilates.

2021 (21 aprile,online): "Recupero funzionale del soggetto colpito sars-cov-2: dal percorso sanitario alla presa in carico territoriale del professionista LM-67"- AISE

2021 (26 aprile, online): "Il diaframma"- Giovanni Ciaramella, Functional training school.

2021(11 settembre, Università degli studi di Verona): "Exercise in Cancer: Attività fisiche adattate nelle persone con patologie oncologiche"-SISMES.

2021 (20 novembre, online): "Valutazione della composizione corporea con BIA nell'attività dello Specialista dell'esercizio fisico"-AISE.

2020/2021- 2021/2022-2022/2023 Stage online Pilates Revolution con Donato De Bartolomeo- trainer FIF.

2022 (29 gennaio, online): "L'esercizio fisico come opzione terapeutica per il trapiantato: dalla teoria alla pratica" con AISE.

2022 (26 marzo, online): "Diabete ed esercizio fisico: esperienze pratiche di gestione del diabete con l'esercizio fisico" con AISE.

2022 (7 maggio,online): "Esercizio fisico e oncologia:esperienze pratiche di gestione di programmi di esercizio fisico mirati" con AISE.

2023 (28 gennaio, online): "Attività fisica adattata e sclerosi multipla: applicazioni pratiche con la supervisione del chinesologo AMPA" con AISE.

	2023 (11 marzo,online): “ La gestione delle rachialgie dal sanitario al territorio” con AISE. 2023 (25 marzo, Faenza): “Anatomia e azioni della fascia toraco lombare” con Donato De Bartolomeo 2023 (28 ottobre, online): “ Esercizio fisico nella prevenzione secondaria delle malattie cardiovascolari” con AISE. 2024 (11-12 maggio, Reggio Emilia): “Immersione tra pratica e strategia revisione dei moduli 1 e 2, energie sottili nella pratica ipopressiva e strategie efficaci per lavorare con il MIM” con Monica Verri e Barbara Malavasi. 2024 (17 maggio, online): “Approccio multidisciplinare nel trattamento del paziente oncologico, il ruolo dell’esercizio fisico” con AISE. 2024 (15 giugno, online): “ La valutazione funzionale della persona con patologia sensibile all’esercizio fisico” con AISE. 2024 (7 luglio, online): “ Chinesiologi AMPA in collaborazione con il Sistema Sanitario Nazionale: le prime esperienze italiane” con AISE. 2024 (6 agosto, online): Corso e-learning “La somministrazione dell’esercizio fisico” - Fondazione SSP. 2024 (5 ottobre, online): “ La persona con patologia della colonna vertebrale: gestione mutlidisciplinare e ruolo del chinesiologo AMPA” con AISE. 2025 (18-19 gennaio, Modena): 3° corso di specializzazione professionale “MIM con piccoli attrezzi” con Monica Verri e Barbara Malavasi. 2025 (8 febbraio, online): “ Attività fisica e salute femminile- strumenti pratici e nuove evidenze per gravidanza e post parto”. 2025 (27 settembre, Nove): “Corso di Rianimazione cardiopolmonare adulto e pediatrico con utilizzo del defibrillatore automatico e semiautomatico esterno per personale laico” con Associazione Italiana Soccorritori. 2025 (30 settembre, online): “Elementi tecnici per la gestione di Esercizio fisico strutturato per soggetti con patologie croniche respiratorio” con AISE.
Altre Competenze ed Interessi personali	Pratica di diverse attività sportive nel corso degli anni oltre alla pallavolo quali danza, ginnastica artistica, nuoto, pallamano, tennis.
Patenti	Patente di guida B

--	--

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'art.13 del D.Lgs. 196/2003.

"Redatto ai sensi degli artt. 46 Dichiarazioni sostitutive di certificazioni e 47 Dichiarazioni sostitutive dell'atto di notorietà del D.P.R. 445/2000"