

Claudia Capuozzo



CHINESIOLOGA CLINICA

PROFILO

Sono una chinesioLOGA clinica con oltre 6 anni di esperienza nel mondo del fitness e 4 anni dedicati all'esercizio fisico adattato.

Mi occupo di aiutare le persone con patologie croniche stabilizzate a migliorare la propria qualità di vita, costruendo percorsi personalizzati e scientificamente fondati, sempre con uno sguardo empatico e globale alla persona.

Negli anni ho affinato competenze di problem solving, dinamismo operativo e sensibilità relazionale, elementi che mi permettono di creare interventi efficaci e su misura.

Una parte importante del mio lavoro è dedicata alle donne in gravidanza e nel post parto, che accompagno in un percorso di movimento consapevole volto a riscoprire benessere, salute e fiducia nel proprio corpo.

FORMAZIONE ACCADEMICA

Master in Esercizio Terapia: progettazione e conduzione nelle patologie esercizio sensibili

Università degli studi di Verona,
ottobre 2023

Laurea magistrale in Attività Motorie Preventive e Adattate: LM-67

Università degli Studi di Cagliari, 2020-2022
votazione: 110L con menzione speciale

Laurea triennale Scienze delle Attività Motorie e Sportive: L-22

Università degli Studi di Cagliari,
2017-2020 votazione: 110L

Diploma Liceo Classico

Bachisio Raimondo Motzo, Quartu
Sant'Elena, 2011-2016

FORMAZIONE PROFESSIONALE

FCSM - Formazione Continua Scienze Motorie, 11/2023

Corso di formazione in tecniche di ipopressiva per la scienze motorie

IRCOMUNITA', 04/2025

BLSD - Basic life support defibrillation

CONTATTI



(+39) 3204233912



clau.capuozzo@gmail.com



<https://www.linkedin.com/in/claudia-capuozzo-992096165/>



<https://www.facebook.com/clapuozzotrainer>



<https://instagram.com/clapuozzotrainer?igshid=YmMyMTA2M2Y=>



<https://claudiacapuozzochinesiologaclinica.com/>

P.IVA 04126130923

ESPERIENZE LAVORATIVE

Asl Medio Campidano, Sanluri- Guspini, incarico libero professionale da 10/11-25- ad oggi

Somministrazione di esercizio terapeutico in pazienti oncologici.

Tirocinio formativo professionalizzante Medicina dello Sport, Cagliari 06/2022

Somministrazione di esercizio terapeutico in pazienti con patologie croniche stabilizzate.

A.S.D. Bollicine 02/2023 - ad oggi

Chinesiologa Clinica- Gestione di mini classi di esercizio fisico adattato rivolte a donne in gravidanza e nel post parto.

Camp estivo- Educazione motoria con i bambini della scuola dell'infanzia e con la primaria.

NEW UNIVERSITY S.S.D. , Quartu Sant'Elena 02/2022 - ad oggi

Gestione di classi di esercizio pratiche di pilates e ginnastica metodo HIIT.

Chinesiologa clinica: sedute individuali personalizzate

A.S.D. Back fit, Cagliari 04/2022 - 11/25

Chinesiologa clinica - Gestione di classi di esercizio fisico adattato rivolte a utenti sani e con patologie croniche stabilizzate.

FCSM - Formazione Continua Scienze Motorie, 05/2023

Corso di formazione in diaframma pelvico, diaframma e muscolatura viscerale nel pre e post parto

Certificazione AISM corso AFA per la SM

Corso per l'attività motoria adattata nella sclerosi multipla- 12 ottobre 2022

FCSM - Formazione Continua Scienze Motorie, 12/2021

Corso di formazione in gestione delle sintomatologie dolorose nel pre/post parto

Corso FAD, Istituto Superiore di Sanità, 07/2021

L'attività fisica come opzione terapeutica per il trapianto: prescrizione e pianificazione della terapia

Training Lab Italia, 05/2021

Personal Trainer per la donna in gravidanza

FCSM - Formazione Continua Scienze Motorie, 12/2020

Corso di formazione in ginnastica pre e post parto per mamme neofite e sportive

MSP Italia, 10/2020

Corso di aggiornamento Art of Bodyweight al femminile

MSP Italia, 09/2020

Istruttore 2° livello Metodo Pilates Props

ATS, 09/2020

Corso di ginnastica posturale

Coni, 2018/2019

Ginnastica per tutti - Tecniche posturali di primo e secondo livello

S.S.D. Himalaya Sport Fun Club, Selargius, CA, 12/2019 - 02/2022

Gestione di classi di acquaticità in gravidanza/neonatale, pilates, ginnastica posturale, total body.
Chinesiologa: sedute individuali personalizzate

COMPETENZE

Conoscenza del pacchetto Office
Ottime abilità interpersonali
Capacità di lavorare in team
Problem solving

LINGUE

Italiano - Madrelingua
Inglese - B1

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi dell'art. 13 del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 del GDPR (Regolamento UE 2016/679).