

Letizia Mancini

CHINESIOLOGA AMPA

CONTATTI

+39 327 089 3078
letiziamancini.chinesiologa@gmail.com
letiziamancini.it
@letiziamancini_chinesiologa

PROFILO

Da sempre curiosa e dinamica, pratico da anni con profonda passione le discipline marziali WingTchun ed Escrima. In giovane età sono stata pluricampionessa italiana e regionale FIN di nuoto sincronizzato, mentre è recente l'interesse per il mondo outdoor, che coltivo attraverso hiking e arrampicata.

LINGUE

Italiano - Madrelingua
Inglese - Fluente



FORMAZIONE ACCADEMICA

Caufriez concept - Metodo Ippressivo | 2024 - 2025

Corso online di ginnastica addominale Ippressiva

University of Rome "Foro Italico", Norwegian School of Sport Science, University of Vienna, University of Southern Denmark, German Sport University Cologne | 2021- 2023

MASTER OF SCIENCE IN HEALTH AND PHYSICAL ACTIVITY (LM67/INT) - lingua del corso: inglese

Tesi sperimentale - CeRiSM Rovereto: "Acute physiological and psychological responses to exercise in indoor and outdoor environments in built and natural surroundings" | votazione: 110 e Lode

BodyCode System | 2018-2019

Istruttrice di AUTO-RIEDUCAZIONE POSTURALE DINAMICA di 1° livello

Università degli studi di Roma "Foro Italico" | 2017-2021

LAUREA IN SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE (L-22) | Votazione: 105/110

ESPERIENZE LAVORATIVE

Chinesiologa freelance | in corso

Sessioni individuali e di gruppo di attività motoria con finalità ludico-ricreative e attività motoria adattata con obiettivo di mantenimento e miglioramento dello stato di salute, in soggetti sani e con patologie croniche stabilizzate presso Studio del Ben-Essere, via Brescia 15 (TN), MedBox (TN), PiùClub Rovereto (TN).

Docente UTETD | 2024 - in corso

Docente di attività motoria per adulti e anziani nel progetto "Università della terza età e del tempo disponibile" presso la Fondazione Demarchi (TN).

Fitness trainer | stagione estiva 2022

Ideazione, preparazione e sviluppo di corsi di gruppo di acquafitness, yoga e pilates integrati, ginnastica con piccoli attrezzi, release miofasciale, ginnastica dolce e posturale e sessioni individuali di cardio e di forza in sala attrezzi presso l'Hotel Cristal a Obereggen (BZ).

Istruttrice di ginnastica funzionale - stage | 2019 - 2021

Corso per adulti di allenamento a corpo libero senza attrezzi finalizzato al mantenimento della salute generale e al potenziamento muscolare presso la palestra Body Line di Civitavecchia (RM).

Preparatrice atletica rugby - tirocinio curriculare | 2017 - 2018

Programmazione e svolgimento di sessioni di preparazione atletica per gruppi di bambini e ragazzi tra i 5 e i 14 anni e sostegno ai tecnici per l'insegnamento dei fondamentali presso la società Civitavecchia Rugby Centumcellae (RM).