

# CURRICULUM VITAE

## ELISA SALA

### ISTRUZIONE

- Laurea magistrale (classe LM-78) conseguita con Lode presso l'Università di Bologna in Scienze e tecniche dell'attività sportiva (Marzo 2020). Tesi di Laurea "Confronto tramite analisi elettromiografica di tre varianti di pull-up: strict, kipping e butterfly."
- Partecipazione programma "Erasmus+" presso "Masarykova Univerzita" a Brno, Repubblica Ceca (Febbraio – Giugno 2019).
- Laurea triennale conseguita presso l'Università di Bologna in Scienze delle Attività Motorie e Sportive (Marzo 2017). Tesi di Laurea "Confronto tra esercizi di weightlifting e powerlifting nella preparazione atletica sportiva"
- Diploma di maturità scientifica conseguito presso il Liceo Scientifico A. Tassoni di Modena (2012).

### FORMAZIONE

- CrossFit Specialty Course: Gymnastics (Agosto 2022)
- CrossFit L2 Trainer (Febbraio 2022)
- CrossFit KIDS Certificate Course (Aprile 2021)
- Workshop "Spotting in Gymnastic" a cura di Matteo Angioletti - CrossFit Erba (Febbraio 2020)
- RawTraining Advanced Technique for Cross-Athletes - Strength Domain (Maggio 2018)
- CrossFit L1 Trainer (Aprile 2017)
- Operatore Sportivo UISP - settore Le Ginnastiche (2017)
- Diploma di Rieducatore posturale, Canali System (2015)

### ESPERIENZE DI LAVORO ATTIVE

- Da Gennaio 2020 - coach di CrossFit, CrossFit Gymnastics, CrossFit KIDS, CrossFit BABY presso CrossFit Team 059, Modena.
- Da Settembre 2014, presso Ginnastica Allegria – Polisportiva San Faustino di Modena:
  - Istruttrice per corsi di avviamento, avanzati e agonistici per bambini/e a partire dalla scuola dell'infanzia alle scuole elementari per corsi di ginnastica artistica e avviamento alla ginnastica.
  - Istruttrice di fitness e tonificazione per corsi per adulti.

### ESPERIENZE DI LAVORO PASSATE

- Luglio 2017, 2018, 2019, 2020 educatrice e allenatrice presso il "Gazzetta Summer Camp" a Canazei per il camp tecnico Ginnastica Artistica.
- Dicembre 2016 – Agosto 2019, coach di CrossFit e Mobility presso CrossFit Irnerio (Irnerio SSD) a Bologna.
- Maggio 2018 – Agosto 2019, coach presso SkillAthletic Irnerio a Bologna.
- Giugno 2018, trainer presso il padiglione di Technogym alla fiera "RiminiWellness" nello stand SkillAthletic.
- Settembre 2014 – Giugno 2017, istruttrice dell'allenamento a secco per atlete di nuoto sincronizzato di SeaSub Modena, lavoro svolto presso la Ginnastica Allegria, con collaborazioni anche nei camp estivi a giugno 2015 e 2016.
- Luglio 2014 e 2015, educatrice presso il camp estivo "Bellamonte Summer Camp" organizzato dall'Istituto Sancelso di Milano.
- Febbraio – Giugno 2014, istruttrice di ginnastica artistica presso la Polisportiva Corassori di Modena.