AURELIO MAIDA

Chinesiologo
Istruttore Fitness & Massaggiatore

CONTATTI

Termini Imerese (PA)

[Il tuo numero]

[La tua email]

21/01/1998

COMPETENZE

- Massoterapia sportiva
- Ginnastica Posturale
- Functional Training
- TRX Training
- Programmazione ipertrofia
- Assistenza sala attrezzi

ESPERIENZE LAVORATIVE

Istruttore di Sala Attrezzi e Corsi

Extrafitness Palestre | 2024 – Oggi

- Gestione tecnica della sala pesi e assistenza utenti.
- Conduzione di corsi di Functional Training e TRX.
- Elaborazione programmi di allenamento personalizzati.

Massaggiatore Professionista

Acacia Resort | 2023

- Trattamenti decontratturanti, sportivi e linfodrenanti.
- Supporto al benessere degli ospiti in struttura high-end.

Operatore di Servizio Civile

Opera Don Calabria | 2022 – 2023

ISTRUZIONE

Laurea in Scienze delle Attività Motorie e Sportive

Università degli Studi di Palermo | 2021

Diploma di Maturità Scientifica

Liceo Scientifico Nicolò Palmieri | 2017

CERTIFICAZIONI CSEN & ELAV

Istruttore Sala Attrezzi (ELAV)

Functional Training & TRX (ELAV)

Ginnastica Posturale (CSEN)

Preparatore Atletico Leggera (CSEN)

Massaggio Sportivo Pre/Post Gara

Massaggio Decontratturante

Massaggio Linfatico

Massaggio Base

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 e del GDPR (Regolamento UE 2016/679).