

FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI



Nome	Laura Olivares
Indirizzo	Via Ghiringhelli, 12 Cerro Maggiore (MI)
Telefono	/
Cellulare	349-2956260
E-mail	olilau@libero.it
Nazionalità	Italiana
Data di nascita	28/04/1982

ESPERIENZA LAVORATIVA

SETTORE FITNESS:

Dal 2008 ad oggi
Palestra "Belli Dentro" Castellanza (Va)
Mansioni principali:
corsi di total body, tone up, gag, stretch & tone, body sculpt, tonificazione generale, ginnastica dolce, stretching, ginnastica posturale, back school, yoga-fit; istruttore sala pesi

Dal 2007 ad oggi
Società sportiva G.A.R. Rescalda (MI)
Mansioni principali:
corsi di ginnastica di mantenimento, ginnastica posturale, ginnastica antalgica, stretching

Dal 2003 al 2005
"FireFly Fitness Club" Legnano (MI)
Mansioni Principali:
corsi di yoga, stretching, ginnastica dolce, ginnastica posturale; istruttore sala pesi.

SETTORE RIABILITATIVO – CORRETTIVO:

Dal 2007 al 2009
Istruttore privato a domicilio
Mansioni principali:
ginnastica antalgica, riabilitativa post –infortunio, recupero funzionale di abilità ridotte.

SETTORE SCOLASTICO:

Dal 2016
Scuola materna "Ponti" Solbiate Olona (VA)
Mansioni principali:
In qualità di collaboratore Sport+ / coop. Energicamente:
Insegnante di educazione motoria e psicomotricità

Dal 2013 al 2015
Scuole materne: S. Teresa di Olgiate Olona (VA), M. di Nazareth di Busto Arsizio (VA) Pomini di Castellana (VA), Terzaghi di Gorla Minore (VA)
Mansioni principali:
In qualità di collaboratore Sport+ / coop. Energicamente:
Insegnante di educazione motoria e psicomotricità

Dal 2012 ad oggi
Scuole elementari di Castano Primo (MI), Marnate (VA)
Mansioni principali:
Insegnante di educazione motoria e psicomotricità

Dal 2010 ad oggi
Associazione TopStyle School Istituto professionale di Legnano (MI)
Mansioni principali:
Insegnante di educazione fisica

Dal 2009 al 2011
Scuole elementari di Rescaldina (MI)
Mansioni principali:
Insegnante di educazione motoria e psicomotricità

Dal 2007 al 2012
Scuole elementari di Castellanza (VA)
Mansioni principali:
Insegnante di educazione motoria e psicomotricità

Dal 2005 al 2008
Scuole elementari di Busto Garolfo (MI)
Mansioni principali:
Insegnante di educazione motoria e psicomotricità

SETTORE SPORTIVO:

Dal 2007 ad oggi
Scuola Basket Castellanza (VA)
Mansioni principali:
Istruttore Minibasket

Dal 2006 al 2008
Pool Bustese Busto Arsizio (VA)
Mansioni principali:
Responsabile settore minibasket, istruttore minibasket

Dal 2004 ad oggi:
Camp sportivi estivi
Mansioni principali:
Istruttore ed organizzatore

Dal 2003 al 2006
G.S.O. Pallacanestro Cerro Maggiore (MI)
Mansioni Principali:
Istruttore Minibasket, aerobasket (esperimento tecnico – atletico di mio sviluppo: si tratta di un'associazione di movimenti di aerobica con posizioni fondamentali del basket, con fondo musicale, affinché si ottengano miglioramenti sulla reattività dei piedi).

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2008 – 2009: **Laurea in Scienze Motorie e Sport**
Università degli Studi di Milano
Titolo tesi: "Effetti dell'esercizio fisico nella sclerosi laterale amiotrofica" (Prof. G. Merati)
Voto: 98/110

2000 – 2001: **Diploma di Ragioniere e Perito Commerciale**
ITCG Carlo Dell' Acqua Legnano (MI)

CORSI DI FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO:

- Corso di aggiornamento all'uso del defibrillatore (settembre 2018)
- Corso di abilitazione all'uso del defibrillatore (settembre 2016)
- Corso SUB Advance Open Water Diver PADI (marzo 2016)
- Corso SUB Open Water Diver PADI (marzo 2011)
- Corso di aggiornamento per istruttore minibasket (più all'anno)
- Corso di istruttore minibasket FIP (2006)
- Corso di ginnastica generale, stretching e yoga (2003)
- Corso di elettrostimolazione (aprile 2003)
- Corso di gestione allo stress e rilassamento (maggio 2001)

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

ADRELINGUA

ITALIANO

ALTRE LINGUA

INGLESE – FRANCESE

Buona conoscenza della lingua (letta, scritta, parlata)

CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI - ORGANIZZATIVE

COMPETENZE ACQUISITE IN PALESTRE FITNESS:

Maturata esperienza di relazione con cliente – paziente (rapporto impostato sul dialogo e consiglio), gestione e programmi di allenamento e vari corsi wellness.

COMPETENZE ACQUISITE IN SERVIZIO DI GINNASTICA RIABILITATIVA A DOMICILIO:

Attività di rieducazione motoria e posturale legata alla patologia del paziente e alla necessità di utilizzare spazi e attrezzature poco idonee allo scopo.

COMPETENZE ACQUISITE NELL'AMBITO SCOLASTICO:

Stesura verifiche del lavoro, relazioni e giudizi.
Collaborazione con insegnanti al fine di ottimizzare il lavoro.

COMPETENZE ACQUISITE DURANTE LE ATTIVITÀ ESTIVE:

Organizzazione e svolgimento delle attività.
Stesura protocolli di lavoro riguardanti attività di preparazione fisica.
Logistica degli spostamenti e delle attrezzature necessarie.
Gestione area risorse umane.

CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

CONOSCENZE INFORMATICHE:

Sistema operativo Windows, Pacchetto Office, Power point, Internet Explorer, Outlook express

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

- Sport: attualmente giocatrice di basket presso REAL Busto Arsizio
Praticato anche atletica, nuoto, sci, ginnastica artistica, corsa campestre (Cinque mulini 1994, Stramilano 2001, gare studentesche provinciali e regionali).
- Facente parte della selezione universitaria di basket, atletica, nuoto.
- Hobbies: viaggi, cinema

PATENTE O PATENTI

Automunita Patente B