

SERGIO MASCOLINO

Srg.mascolino@gmail.com

+39 3270342393

Insegnante di Pilates

Attento, propositivo, affidabile

Via Magg. G.ppe Amari 14/M
90129-Palermo

Abilità:

- Costruzione e conduzione di classi di Pilates di gruppo, semi private e individuali (matwork e grandi attrezzi)
- Preparazione di sequenze per migliorare forza e stabilità in sicurezza
- Capacità di fornire modifiche e alternative in caso di infortuni/patologie

Esperienza Professionale:

Dal 2018	Insegnante Pilates Matwork <i>Xinergie</i> - www.xinergie.it
Dal 2019	Insegnante Pilates Grandi attrezzi
Dal 2016	Insegnante Pilates Matwork <i>Centro Sportivo Sprint</i> - www.centrosprint.com

Formazione:

2019-in corso	BASI Pilates Comprehensive Global Program <i>Body Art and Science International</i>
2017-18	BASI Pilates Mat Program <i>Body Art and Science International</i>

Istruzione:

2010-14	PhD <i>University College Dublin</i>
2006-09	Laurea Specialistica Biologia Marina <i>Università di Pisa</i>
2002-06	Laurea Triennale Biologia Marina <i>Università degli Studi di Palermo</i>

Certificazioni:

A.S.C. Istruttore 1° Livello - Attività Sportiva Ginn. Salute e Fitness - 2018
C.S.I. Rieducazione motoria, metodi a Confronto - Metodo Pilates - 2016
BLS-D Academy International Operatore volontario BLS-D/PBLS-D