

FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome

RUSSO BERNARDETTA

Indirizzo



Telefono

E-mail

berna.ru86@gmail.com

Nazionalità

Italiana

Data di nascita

14-03-1986

ESPERIENZA LAVORATIVA

• Date (da – a)

Dal 2002 - 2014 esperienza nel mondo dello sport, iniziando come istruttore semplice, poi istruttore di diverse discipline, in seguito avviamento allo sport per ragazzini da 3 anni in poi e sport per diversamente abili.

• Nome e indirizzo del datore di lavoro

Ho collaborato con l'AVO (che si occupa di sostenere e aiutare, minori e ragazzi diversamente abili).
Ho lavorato col CSI (Centro Sportivo Italiano) per progetti sportivi nelle scuole per giovani e ragazzi Enjoiness Salerno, Istruttrice di Spinning Personal trainer tonificazione, hydrobike, acqua pilates, fitness in acqua con utilizzo di trampolino e piccoli attrezzi.

• Tipo di azienda o settore

2014 - 2015 e ancora ora lavoro alla palestra del Cus universitario di Baronissi
Associazione sportiva, attualmente collaboro anche con le piscine "ATLAS SPORT VILLAGE" di Mercato S. Severino (SA).

• Tipo di impiego

• Principali mansioni e responsabilità

Istruttore, di cycling, Personal trainer sala pesi, Pilates, TRX qualche volta segretaria, avviamento allo sport per diversamente abili, coach di nuoto

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

• Date (da – a)

Nel 2010 iscritta al corso di laurea in Scienze motorie presso la Parthenope, con sede a Napoli.

Nel 2005 ho conseguito il diploma di Ragioniere programmatore.

Nel 2004 ho conseguito il corso di esperta grafica web con relativo stage in albergo di Rimini.

Dal 2004 ad oggi diversi corsi per migliorare le conoscenze sportive nello spinning nel personal training, trampolino, sport acquatici e allenamento Funzionale.

2014 conseguito primo livello di "BLSD" corso Fly board e tonificazione.

Dal 2016 ad oggi lavoro come istruttrice in due palestre al Cus universitario di Lancusi, presso una palestra di Mercatello (Sa) e le piscine Atlas Sport Village M. S. Sev. (Sa).

Dal 2016 Personal trainer, istruttrice di Walking - Program e Tonificazione, circuiti e trampolino elastico Pilates.

2019 attualmente lavoro presso il Cus Universitario di Fisciano ed all'Enjoiness.

2020 – 2026 attualmente lavoro sempre presso il Cus Universitario di Fisciano e presso la Fitexspress di Mercato S. Severino (SA).

2022 ad oggi lavoro in ambito sportivo come istruttrice di cycling (spinning) pilates, Circuiti, tabatà sala pesi, personal trainer, trampolino, TRX, preparatore atletico avviamento allo sport per giovanissimi e ragazzi diversamente abili, sport acquatici.

2023 conseguita Laurea in Scienze Motorie.

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

Ragioniere programmatore, con qualifica di contabilità aziendale laurea in Scienze motorie.

Contabilità,

Ragioniere programmatore.
laurea Scienze delle attività motorie.

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

MADRELINGUA

ALTRE LINGUA

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

CAPACITÀ E COMPETENZE

RELAZIONALI

Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ORGANIZZATIVE

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.

CAPACITÀ E COMPETENZE

TECNICHE

Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ARTISTICHE

Musica, scrittura, disegno ecc.

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Competenze non precedentemente indicate.

PATENTE O PATENTI

ULTERIORI INFORMAZIONI

ALLEGATI

[Indicare la madrelingua]

INGLESE E FRANCESE

ELEMENTARE

Elementare

Elementare

[ho lavorato sempre in gruppo, sempre in contatto con il pubblico in enti sportivi e mi piace condividere e relazionarmi con gli altri.]

HO CONSEGUITO A RIMINI UN CORSO PER CONTABILITÀ ED ESPERTA GRAFICA WEB, COLLABORO MOLTO COL VOLONTARIATO MI PIACE STARE NEL SOCIALE E AIUTARE DOVE POSSO.

BUONE

[Descrivere tali competenze e indicare dove sono state acquisite.]

COMPETENZE IN PRIMO SOCCORSO CON ATTESTATO DI BLS D COMPETENZE NEL RECUPERO MUSCOLARE DOPO INTERVENTI, ELEMENTI DI POSTUROLOGIA

B

[Inserire qui ogni altra informazione pertinente, ad esempio persone di riferimento, referenze ecc.]

[Se del caso, enumerare gli allegati al CV.]

18/06/2026

Bezzecchi Russo