

CURRICULUM SPORTIVO

Cristina Fedele

Istruttrice nazionale di ginnastica artistica dal 01/2000 ad oggi

A.S.D. MU DOK KWAN DOJANG – Firenze

Corsi di ginnastica artistica a partire dai 5 anni, coordinazione motoria, preparazione atletica generale e specifica ai vari attrezzi, allenamento agonistico per vari livelli.

Istruttrice di fitness 11/1997 ad oggi – Time Club Time Out – Firenze

Organizzazione di lezioni aerobiche, potenziamento muscolare, tecniche di stretching, ginnastica posturale, corsi individuali e di gruppo

FORMAZIONE:

Diploma sportivo I.S.E.F. – Firenze

Corso di formazione fitness step – F.I.F.

Corso pancafit metodo Raggi

Corsi LES MILLS Body Pump e Kombat