

CURRICULUM VITAE

DATI PERSONALI:

- Nome: Stefano
- Cognome: Riefoli
- Nato a Roma il 20/07/69
- Residente in Roma via B. Bernardini, 78
- Cell: 333/ 6041157
- Stato civile: celibe

ISTRUZIONE

- **Diploma di maturità odontotecnica** conseguito presso l'Istituto Statale "Edmondo de Amicis" di Roma nel 1989.
- **Diploma ISEF** conseguito a Roma il 19/12/95.

CORSI DI SPECIALIZZAZIONE

- **Attestato di istruttore di nuoto 2° livello** conseguito presso l'ISEF il 15/06/93.
- **Brevetto di assistente bagnante** conseguito a Civitavecchia nel Maggio del 1994.
- **Attestato di istruttore C.O.N.A.P.E.F. di aerobica** conseguito presso i "Centri Sportivi dell'Acqua Acetosa" nel Novembre del 1996.
- **Corso di approfondimento sul Cardio-fitness** tenuto a Roma il 08/11/1997.
- **Attestato di istruttore di Star Bike** conseguito il 26/02/1999 e di Body Bike settore Spinning conseguito il 12/09/1998 presso il "Laboratorio Fitness" di Roma.
- **Attestato di istruttore di Natural Body-Building** conseguito presso il "Laboratorio Fitness" il 06/02/1999.
- **Attestato di istruttore di Fitness e Personal Trainer** conseguito presso il 'Centro Sportivo di Alviano' il 27/09/1999.
- **Diploma di OPERATORE SHIATSU** conseguito presso l'Accademia Italiana Shiatsu-Do di Roma il 16/07/02 al termine di un corso di studi triennale.
- **Attestato di RIFLESSOLOGO PLANTARE** conseguito a Villa Fulvia il 1/6/03 dopo un corso di 6 mesi.
- **Attestato di partecipazione al " 1 corso Nazionale di Formazione per preparatori fisici"** tenutosi a Roma e rilasciato dal C.O.N.I. il 27 giugno del 2005.
- **Lunga esperienza nel settore delle arti marziali(kick boxe, tae-kewondo, wing-tsun e kali) e ad oggi insegnante riconosciuto di kali- kalasag presso la federazione I.K.A.**

ESPERIENZE PROFESSIONALI

- Dal Febbraio 1995 ad oggi collaboro con la palestra “**LABORATORIO FITNESS**” sita in Roma, via dei Campani 76, con la mansione di Personal Trainer, insegnante di Fitness, ginnastica per la 3° età., Body Building e Presso la stessa sede eseguo **TRATTAMENTI SHIATSU DAL 1999.**
- Dal 2004 ad oggi tengo corsi di **difesa personale** privati e presso diverse strutture tra cui il centro sopra menzionato , la scuola di arti marziali S.T.A.M. sita in via del Pigneto 17-19, la palestra” albatros”.via dino penazzato 83.
- Dal 1995 al 2000 ho inoltre collaborato con la palestra “**DELFINO**” di Roma, piazza Tommasini, come istruttore di Ginnastica, Attrezzistica e Body Building e con la palestra “**ITALSPORT**” (ora ‘**ENERGIM**’) sita in Roma in via F. Sacchetti come insegnante di Ginnastica Aerobica e Step.
- Dal 1994 al 2000 ho collaborato al programma “**Ginnastica nei Parchi di Roma**” e **dal 1997 al 2000 al programma “Ginnastica nelle case di riposo”,** entrambi promossi dal Comune di Roma.
- Presenter alla **Maratona di Roma** del 1998/99 con la mansione di riscaldamento degli atleti.
- Assistente bagnante presso il “**CLUB LANCIANI**” sito in Roma, via di Pietralata, nelle stagioni estive 1995/96 e 1997 dove ho anche tenuto lezioni di Acqua Gym.
- Dal 1994 al 1995 ho insegnato Ginnastica prenataloria presso la scuola “**SWAITZ**” di Roma.

DISPONIBILE ALL’APERTURA DI CORSI DI:

-DIFESA PERSONALE (SISTEMA KALI KALASAG) E/O ANTIAGRESSIONE FEMMINILE CON RELATIVA PREPARAZIONE FISICA; GINNASTICA GENERALE, POSTURALE, GIM MUSIC...,O GESTIONE SALA PESI NEI GIORNI MARTEDI-GIOVEDI .