



# Angela Guadalupi

## CONTATTI

- 📍 Via Ruggero de Simone, 72100, Brindisi, Brindisi
- ☎ 3203016506
- ✉ angelaguadalupi@libero.it
- 📅 22/11/1969
- 🚗 Ur73E8693N

## PROFILO PROFESSIONALE

Laureata in scienze motorie presso l'unità di Urbino.

## CAPACITÀ E COMPETENZE

- Educazione alimentare
- Tecniche di allenamento
- Conoscenza dei regolamenti sportivi
- Tecniche di training
- Scienze motorie
- Elementi di base di nutrizione
- Allenamenti HIIT
- Resistenza fisica
- Nozioni di psicologia dello sport
- Strategie di preparazione atletica
- Training personalizzati
- Elementi di biomeccanica
- Conoscenza degli integratori alimentari
- Conoscenza delle tecniche di stretching
- Conoscenze di medicina dello sport



## ESPERIENZE LAVORATIVE E PROFESSIONALI

- **Insegnante di ginnastica** Circolo tennis - Brindisi, Brindisi  
04/1996 - ad oggi
- **Istruttore fitness** Presso palestre  
04/2021 - 04/2022



## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- **Laurea in scienze motorie : Scienze motorie**  
ISeF Urbino - Urbino, 11/1996



## CERTIFICAZIONI

- Istruttore base di ginnastica aerobica Diploma di dirigente di base. Diploma di tecnico industriale specializzato in tecnologie alimentari



## INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

- Diploma di tecnico industriale specializzata in tecnologie alimentari Attestato di frequenza al corso di formazione per l'agricoltura biologica e biodinamica. Attestato di frequenza al corso di kinesiologia e di biorisonanza Diploma di istruttrice societariodi aerobica

Angela Guadalupi  
13.03.23