

**FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE**



**INFORMAZIONI PERSONALI**

Nome

**RUSSO BERNARDETTA**

Indirizzo

**VIA LUIGI LIGUORI 67 84132 SALERNO**

Telefono

**3927728943**

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.

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.

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).

• Nome e indirizzo del datore di lavoro

• Tipo di azienda o settore

• 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 BLSA 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. ]

28/06/2026

Bezzecchi Russo