

**FORMATO
EUROPEO PER IL
CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome e Cognome
Data di nascita
Telefono cellulare
Indirizzo posta elettronica
Indirizzo Pec

Antonella Manes

1 }
3
1'com
eit

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Laurea magistrale in scienze e tecniche preventive e adattate, presso università degli studi del Molise (UNIMOL) di Campobasso con votazione 110 e lode (20/07/2022).

Conseguimento dei **24 CFU** per l'insegnamento (31/10/2022).

Laurea triennale in scienze motorie e sportive, presso l'UNIMOL di Campobasso (27/10/2020).

Diploma di maturità scientifica, presso il liceo Scientifico Alfano da Termoli (29/06/2017).

ESPERIENZA LAVORATIVA

ATTUALMENTE: Dal 20 settembre 2021 al 1° giugno 2024 contrattualizzata per lavorare come **istruttore di nuoto** adulti e bambini, istruttrice di acquafitness e hidro-bike, lezioni individuali- personalizzate per persone con disabilità e assistente bagnanti, presso la piscina "La Fabbrica Del Nuoto" in via Del Pesco 35 – Termoli.

**ATTUALMENTE: RESPONSABILE FIN MOLISE
SETTORE PROPAGANDA.**

Incarico ricevuto dal comitato regionale Molise da dicembre 2021. Organizzazione di manifestazioni sportive del settore Propaganda, volte alla promozione dell'attività natatoria a carattere amatoriale, per incentivare le scuole nuoto. Organizzazione dei circuiti: "Tutti in piscina" "Tutti al mare!"

Organizzazione dell'evento FITNESS DAY, primo evento regionale di acqua cross-training e fitness in acqua bassa.

Partecipazione come staff all'evento nazionale Propaganda, Pesaro 31-1-2 giugno 2023.

Partecipazione come staff all'evento nazionale "FACCIAMO SQUADRA", Ostia 20-21 gennaio 2024.

ATTUALMENTE: Da febbraio 2023 sportellista CIP-INAIL sede di Termoli (CB), Molise. Con l'incarico di promuovere e avvicinare tutti gli assistiti del territorio all'avviamento della pratica sportiva.

Partecipazione al campus estivo CIP-INAIL, Campomarino (CB), settembre 2022.

ATTUALMENTE: docente regionale SNAQ per corsi di formazione per istruttori di nuoto.

ATTUALMENTE: Tutor del progetto “SCUOLA ATTIVA KIDS” in collaborazione con il CONI e SPORT E SALUTE, in qualità di esperto del movimento.

Da gennaio 2024 c/o Scuola primaria “Achille Pace” Via Po’, Termoli.

Da dicembre 2022 a maggio 2023 tutor c/o Scuola primaria “Principe di Piemonte” Pantano Basso, Termoli.

Dal 10 ottobre 2020 al 5 giugno 2021 contrattualizzata per lavorare come istruttore e assistente bagnanti, presso la piscina “La Fabbrica Del Nuoto” in via Del Pesco 35 – Termoli.

Dal 23 settembre 2019 al 6 giugno 2020 contrattualizzata per lavorare come istruttore e assistente bagnanti, presso la piscina “La Fabbrica Del Nuoto” in via Del Pesco 35 – Termoli. Fino ad interruzione causa Covid-19.

Contratto a tempo determinato dal 15 giugno al 31 agosto in qualità di assistente bagnanti e istruttore, presso la piscina “Cala dei Longobardi” Via Rio Vivo 47 –Termoli.

Luglio e agosto 2018 Assistente bagnanti e aiuto istruttore, circa 100 ore, presso la piscina “Cala dei Longobardi” Via Rio Vivo 47 –Termoli.

Luglio e agosto 2017 Assistente bagnanti presso la piscina “Cala dei Longobardi” Via Rio Vivo 47 -Termoli.

Giugno, luglio e agosto 2016 Assistente bagnanti presso la piscina “Cala dei Longobardi” Via Rio Vivo 47 –Termoli.

RISULTATI SPORTIVI

Fin settore Salvamento:

CAMPIONATI ITALIANI Superlifesaving di Categoria

(prove oceaniche) Riccione 25 -27 luglio 2016

Gara: SPRINT SULLA SPIAGGIA 2ª classificata ARGENTO

Ha partecipato inoltre con buoni piazzamenti:

1º Meeting Interregionale di Salvamento Aquarius – Pugnoli/Vieste 5 -7 giugno

Campionati italiani estivi di Categoria Roma 30 giugno -3 luglio 2016

Fin settore Nuoto:

Campionati Regionali Invernali di Categoria – Campodipietra 4 marzo 2019

Gare: 200 misti cat. Senior 1ª classificata

50 stile cat. Senior 1ª classificata

50 rana cat. Senior 1ª classificata

Coppa Tokyo 2 tappa – Campodipietra 2 dicembre 2018

50 rana cat. Senior 1ª classificata

Campionati Regionali Estivi di Categoria – Chieti 09-10-11 luglio 2018

Gare: 200 misti cat. Senior 1ª classificata

100 rana cat. Senior 1ª classificata

50 rana cat. Senior 1ª classificata

Campionati Regionali Invernali di Categoria – Campodipietra 4 marzo 2017

Gare: 50 rana cat. Senior 1ª classificata

100 rana cat. Senior 1ª classificata

100 stile libero cat. Senior 2ª classificata

9º Meeting Squalo Blu - Repubblica di San Marino 28-29-30 aprile 2018

Gare: 50 rana cat. Senior 2ª classificata

100 rana cat. Senior 2ª classificata

8º Trofeo Emmedue – Campodipietra 18 febbraio 2018

Gara: 50 rana Assoluti 1ª classificata

**MADRE LINGUA
ALTRE LINGUE**

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

**CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE E INFORMATICHE**

ALTRO

Dal 2008 al 2012 atleta agonista **FIDAL**.
Campionessa regionale di corsa campestre dal 2009 al 2012 sulla distanza di 1,5 km.
Record regionale dei 500 metri piani conseguito nel 2011.
Vincitrice della coppa speranze fiat nel 2010.
Vincitrice dei campionati regionali studenteschi di corsa campestre dal 2013 al 2017.

**ITALIANO
INGLESE**

Buona
Buona
Buona

E.C.D.L patente europea del computer

(Computer Essentials, Online Essentials, WordProcessing, Spreadsheet).

Istruttore di nuoto FIN TECNICO DI II LIVELLO
(aiuto allenatore SNAQ).

Istruttore di nuoto FINP per persone con disabilità.

Corso SNAQ docente regionale per istruttori di nuoto.

Brevetto F.I.N assistente bagnanti MIP acque interne e piscine dal 2014.

Attestato BLSD (BASIC LIFE SUPPORT – DEFIBRILLATION).

Corso sulla sicurezza nei luoghi di lavoro (aprile 2022).

Corso antincendio (giugno 2022).

Corso di formazione in Management dello Sport LIVELLO “BASE” da “volontario di gestione globale” a “volontario professionale di gestione”;
CONI Scuola dello sport.

