

Laprida 1271

Rosario, Santa fe

(54) 3415625029

ceciliagiulianiboja@gmail.com

Cecilia Giuliani

Instructora Física



Instructora deportiva con más de 15 años de experiencia en el gimnasio AMICI de Rosario, especializada en fitness grupal, Crossfit, Entrenamiento de la Fuerza, Hipertrofia, gimnasia acuática y clases adaptadas a poblaciones especiales.

Apasionada por promover la salud y el bienestar a través de programas de ejercicios personalizados y seguros.

- ❖ **Gimnasia Acuática:** Instrucción de AcuaGym, natación y matronatación.
- ❖ Fitness Grupal: **Aeróbica, Funcional, Localizada, Cycle, Pilates, Crossfit, GAP, TRX, Mini tramp, Body Pump, y Body Attack.**
- ❖ Entrenamiento Adaptado: Clases adaptadas para **adultos mayores**, discapacitados y embarazadas.
- ❖ **Motivación** y Apoyo: Fomento de un ambiente positivo y motivador para todos los participantes.
- ❖ Planificación de Clases: Diseño y organización de clases efectivas y variadas.
- ❖ Formación de Instructores: Cursos sobre manejo de grupos, comunicación y **habilidades blandas.**

EXPERIENCIA

Instructora de Fitness Grupal y Body System

Gimnasio AMICI, Rosario 2009 - Actualidad

- Clases de localizada, funcional, cycle, pilates, crossfit, GAP, TRX, mini tramp, **Body Pump, y Body Attack.**

Entrenamiento Funcional

Gimnasio ATP Rosario, Oroño 1550

- Instructora de **Crossfit y entrenamiento funcional**
- **Coordinadora de sala de musculación**

Gimnasio Decathlon Rosario, Parque Urquiza

- Instructora de **Cycle** Spinning

Gimnasio Move on Rosario, Córdoba 1951

- **Local**
- **Spinning**

Instructora de AcuaGym

Pileta Parque Alem, Rosario Diciembre 2017 - Marzo 2018 / Diciembre 2018 - Marzo 2019

- Clases de **AcuaGym**, natación y matronatación. Clases para adultos mayores.

Pileta Círculo de Obreros, Rosario Temporada 2019

- Clases de AquaGym para adultos, enfocadas en mejorar la resistencia y la fuerza.

Formadora de Instructores

Gimnasio AMICI, Rosario 2022 - Actualidad

- Instructora de técnicas de fitness grupal

Grupo de Running CG Coordinadora y entrenadora de grupos de running calle y pista

Formacion Profesional

Docente de Educación Física (en curso) ISEF Rosario

Instructorado en Técnicas de Fitness Grupal Amici Rosario

Instructorado de **Pilates**

Instructorado de **Yoga**

Personal Trainer

Instructora de **running**

Desde el 2015 a la actualidad sigo capacitandome:

- Aeróbica,
- Entrenamiento funcional,
- Localizada
- clases para adultos mayores
- Pilates
- Personal trainer
- Step
- Certificación Sistema Body
- Aceleración Metabólica
- TRX
- Entrenamiento en Tabata