

CURRICULUM VITAE

Cognome TONOLLI

Nome LORELLA

Nata a VARESE

Il 16 giugno 1970

Residente in Via dei Roncacci 21 – 21023 Olginasio di Besozzo (VA)

Stato civile Coniugata (12/1999) – **3 figli** (anno di nascita 2000–2002–2004)

Professione Istruttore Fitness Palestra – impiegata

Studi Diploma ISEF c/o Università Cattolica del Sacro Cuore Milano (marzo 1998)

Tesi Algie vertebrali provocate dal Body-building femminile (ginnastica correttiva – prof. Marco Pivetta)

Studi precedenti Maturità Tecnica Commerciale (Ragioneria e perito commerciale)

Formazione

- Istruttore praticante aerobica 1 e 2 c/o F.I.A. Milano
- Tecniche di massaggio c/o C.I.S. Udine
- Body pump c/o Sportsman Milano
- City Jam c/o Reebok University– Torino
- Formazione Gestione Marketing per centri Fitness: «Il ruolo del diplomato ISEF nel settore privato» c/o Lifenergy Milano
- Corso tecnico di formazione Technogym base c/o Technogym – Festival del Fitness Rimini RN
- Method I e II livello c/o Technogym – Gambettola (FC)
- Wellness Research Seminar Technogym Method: «Relazione attività fisica – patologie» c/o Technogym – Gambettola (FC)
- Attestato «L'alimentazione nello Sport» presieduto dai Proff. Arcelli Enrico e Mantegazza Paolo – c/o Campus VA
- Allenatore 1° Grado 1° Livello giovanile FIPAV

Occupazione attuale

- Dal 2014 impiegata presso ZECCHINI EDITORE SRL Varese
- Dal 2004 impiegata 3° livello c/o DATACOMPOS SRL Varese
- Dal 2011 istr. Ginnastica per adulti c/o Associazione Sportiva MACH' 96 – Varese
- Dal 1999 istruttore ginnastica dolce per adulti c/o VareseCorsi – Comune di Varese – VA

Occupazioni precedenti

- 2010–2013 preparatrice ragazze mini-volley c/o ASD Polisportiva di Bogno (Besozzo – VA)
- 2000–2004 istr. G.A.G. per Varese Corsi – Comune di Varese
- 1999–2011 istr. Ginnastica PER ADULTI +50 e + 60 anni c/o VareseCorsi – Comune VA
- 1995–2003 istr. Ginn. Dolce per adulti c/o Palestra Via Malta – Varese
- 1996–98 Personal Trainer domicilio presso privati a Varese
- 1999–2000 istr. Ginn. Correttiva e Riabilitativa «Mi muovo di nuovo» c/o Varese Corsi – Com. di VA
-
- 1998–2000 Istr. Fitness e Body Building c/o Pal. Kodokan Varese
- 1995–2000 Istruttrice Fitness e Body-building c/o Fitness Club Casciago VA
- 1994–2000 Istrut. Body-Conditioning – istr. Ginn. over 55 c/o Pal. Fitness Club Casciago VA
- 1998–2002 Istrut. Ginnastica presciistica c/o Gruppo Gral Aermacchi
- 1998–2000 Istrut. Sweet-aero-step c/o Campus Varese
- estate 1999 Commessa reparto abbigliamento casual e fitness c/o Longoni – Le Corti (VA)
- 1998–1999 Istr. Wellness, Body building, Aerostep e reception c/o Club Body Time Marchirolo VA;
- 1996–1998 Responsabile settore fitness (sala pesi) c/o Ass. Pol. Robur et Fides VA
- 1994–1996 Istruttrice Fitness c/o Ass. Pol. Robur et Fides Varese
- 1995–1996 Istruttrice Ginn. Mantenimento, Aerobica e sala attrezzi c/o Pal. California Fitness VA
- 1995–1996 Istrut. Ginnastica dolce per adulti c/ Club Body Time – Marchirolo (VA)
- 1995–1996 Istruttrice Aerobica c/o C.S.I. Varese
- 1995– 1998 Istruttrice Stretching & Trekking c/o Org. estiva Sacro Monte di Varese
- 1995 Educatrice/animatrice sportiva per attività estiva recupero ragazzi c/o C.A.G. Gulliver Gallarate VA
- 1995–1996 Arbitro provinciale pallavolo FIPAV Varese
- 1994–1995 Allenatrice e preparatrice atletica per pallavolo I Divisione Maschile FIPAV Stella Azzurra MalnateVA
- 1993–1994 Educatrice/animatrice c/o colonie estive Comune di Milano (con corsi di canoa e vela)
- 1992–1993 Istruttrice Aerobica e Body-building c/o Pal. Club Body Squash Varese
- 1991–1994 Allenatrice di Pallavolo CSI ragazze Giubiano Varese
- 1990–1992 Impiegata contabilità prima nota c/o Arti-Pell VA

Hobby

- Sala attrezzi – Pallavolo – Nuoto – Squash – Equitazione – Vela – trekking – Mount-bike– Sci – ...
- Buona conoscenza PC – Lingue straniere: inglese e francese scolastico

In fede, *Lorella Tonolli*