



OLENA BESARAB

Esperienza lavorativa

Operatore olistico | Libera professionista | 02/04/2023 - Attuale | Mantova, Italia

Trattamenti olistici non invasivi, massaggi, ginnastica posturale. Trattamenti con sostanze naturali.

Istruttore di Acqua-fitness e di sala | Piscina Comunale Porto Mantovano | 01/07/2015 - 30/06/2016 | Porto Mantovano, Italia

Istruttore di Acqua-fitness:

acqua-fit;

acqua-gyn;

Istruttore di sala:

ginnastica dolce per terza età;

rieducazione funzionale;

Istruttore di nuoto:

Corsi di nuoto per bambini ed adulti

Istruttore sportivo | Piscina Comunale Dugoni | 01/10/2008 - 01/10/2015 | Mantova, Italia

Istruttore di Acqua-fitness:

acqua-fit;

acqua-gyn;

hydro-bike;

ginnastica dolce per terza età in acqua e diversamente abili.

ginnastica per gestanti.

Istruttore di sala:

ginnastica dolce per terza età;

rieducazione funzionale;

super-jump.

Istruttore di nuoto:

corsi di nuoto per bambini ed adulti;

istruttore biberon

Gestione delle scolaresche: istruttore di nuoto delle classi delle scuole secondarie di 1° e 2° grado

Istruttore sportivo | SaiseiLab | 03/11/2015 - 01/08/2017 | Mantova, Italia

Istruttore di Acqua-fitness:

acqua-fit;

acqua-gyn;

hydro-bike;

ginnastica dolce per terza età in acqua e diversamente abili.

Istruttore di sala:

ginnastica dolce per terza età;

rieducazione funzionale;

super-jump;

kinesis;

Predisposizione schede personalizzate della sala attrezzi.

Istruttore di nuoto:

corsi di nuoto per bambini ed adulti.

OSS -Operatore Socio Sanitario | C.S.A. Mantova | 01/07/2002 - 01/10/2003 | Mantova, Italia

Assistenza degli ospiti della struttura di Villa Lago nelle attività di pulizia, vestizione, igiene quotidiana, somministrazione del cibo per le persone non autosufficienti.

Istruzione e formazione

Laurea Magistrale in Scienze dello Sport e della Prestazione Fisica | Università degli Studi di Verona | Attuale
| Verona, Italia

Laurea Magistrale in Scienze dello Sport e della Prestazione Fisica | Lesya Ukrainka Volyn National University
| Lutsk, Ucraina

Nel 2025 riconosciuta equipollenza dall'Università degli Studi di Verona.

Brevetto di Istruttore di Nuoto | Salvamento, Mantova | 06/11/2007 | Mantova

Brevetto di Istruttore Acqua-fitness e hydro-bike | Salvamento, Mantova | 04/06/2008

Istruttore Personal Trainer, Fitness per Dimagrimento, Fitness per terza età, Yoga, Integrazione e alimentazione sportiva | Non Solo Fitness | 09/10/2013

Master di Ginnastica Posturale | Non Solo Fitness | 10/12/2013

OSS - Operatore Socio Assistenziale, Assistente all'infanzia | Centro Europeo di Formazione | 08/03/2016

Naturopata e Operatore Olistico | Future Academy | 16/02/2021

Competenze linguistiche

Lingua madre: **Ucraino** | **Russo**

	Comprensione		Espressione orale		Scrittura
	Ascolto	Lettura	Produzione orale	Interazione orale	
Italiano	C2	C2	C2	C2	C2

Patente di guida

Patente di guida B