

Informazioni Personali

Nome: Alessandro Fontanella
Indirizzo: Via Trieste 13 43039 Salsomaggiore T.me (PR) - Italia
Telefono: 392 0478012
Indirizzo e-mail: fontanella.alessandro@yahoo.it
Data di nascita: 1 Agosto 1975
Luogo di nascita: Castel San Giovanni (PC)
c.f.: fntlsn75m01c261z
p.iva: 02609450347

Istruzione

2011 Diploma in Osteopatia presso Istituto Italiano di Osteopatia
2001 Diploma ISEF presso Istituto Superiore di Educazione Fisica della Lombardia di Milano con il voto di 102/110
1994 Diploma di maturità scientifica presso il Liceo Scientifico Statale Respighi di Piacenza col voto di 48/60

Formazione personale

2011 II^ Giornata posturale piacentina - Postura e Sport
2010 I^ Giornata posturale piacentina - Riprogrammazione Posturale e Interrelazioni Occlusione/Postura
2008 Corso Pilates Matwork Cruisin'
2006-2013 Tirocinio presso Filippo Bordoni DO Bsc MROI, Centro Unique Piacenza
2004 Corso Pancafit Lifenergy Milano
2003 Corso Stretching e rilasciamento muscolare
2002 Corso Respirazione e rilassamento

Esperienze lavorative

Ottobre 2017 / oggi Osteopata presso Farmacia Bonfanti di Salsomaggiore
Ottobre 2017 / oggi Osteopata presso Poliambulatorio San Zenone di Carpaneto Piacentino
Marzo 2017 / oggi Personal trainer, osteopata, corso ginnastica posturale antalgica presso Route Evergreen di Piacenza
Gennaio 2016 / Settembre 2017 Osteopata, personal trainer, corsi ginnastica posturale, idrogym presso Performance di Carpaneto
Ottobre 2015 / oggi Allenatore, preparatore atletico, osteopata Wolverines A.S.D. Football Americano Piacenza
Settembre 2013 / Febbraio 2017 Personal trainer, osteopata, corsi ginnastica posturale antalgica, TRX, circuit training, pilates, idrogym presso Movelt Piacenza
Settembre 2010 / Dicembre 2016 Personal trainer, osteopata, corsi tonificazione, idrogym presso Emotion di Carpaneto
Settembre 2009 / Dicembre 2013 Socio, personal trainer, osteopata, corsi total tone, pilates, step presso Salsogym di Salsomaggiore
Settembre 2007 / Settembre 2009 Personal trainer, corsi pancafit, tonificazione, step, idrogym, presso LeClub Piacenza e presso Acrobatic Fitness Piacenza
Settembre 2006 / Maggio 2008 Preparatore atletico Rivervolley femminile
Settembre 2003 / oggi Corsi step, circuit training, pilates, osteopata presso palestra Hip Hop di Busseto
Settembre 2001 / Maggio 2002 Allenatore Nightmare American Football Team piacenza under 15
Settembre 1999 / Maggio 2000 Educatore presso scuole elementari per Rugby Lions Piacenza

Settembre 1999 / Agosto 2008 Istruttore fitness, corsi tonificazione, step, stretching, addominali, idrogym, pancafit, personal trainer presso Lifenergy di Piacenza
Settembre 1998 / Giugno 2004 Istruttore minivolley Copra Volley Piacenza

Conoscenze tecniche

Tecniche manipolative viscerali
Terapia cranio-sacrale osteopatica
Tecniche manipolative articolari
Manipolazione fasciale osteopatica
Tecniche di energia muscolare
Riequilibrio sistema nervoso vegetativo
Tecniche funzionali osteopatiche
Stretching catene muscolari
Terapia trigger point

Lingue conosciute

Italiano: madrelingua
Inglese: buon livello di conoscenza sia scritto che parlato

Ulteriori informazioni

Patente automobilistica tipo B
Membro del Registro Osteopati d'Italia
Nazionale Italiana football americano Campionati Europei 2002 Copenhagen