

INFORMAZIONI PERSONALI

Benedetta Cumani

ESPERIENZA LAVORATIVA

- Da Giugno 2017 Allenatore Responsabile categoria Pulcini dello Sporting Club Madonna di Campiglio

- Da Maggio 2017 **Istruttore Nazionale Sci Alpino**

- Stagione 2015/2016 Allenatore della squadra Cuccioli dello Sci Club Sansicario Cesana

Insegnamento tecnico-pratico e teorico finalizzato all'acquisizione di competenze e metodologie per operare con squadre ed atleti impegnati in attività agonistiche.

- Stagione 2013/2014/2015 Allenatore della squadra mini super Baby dello sci Club Sansicario Cesana

Insegnamento tecnica sci alpino e approccio all'agonismo con bambini di età compresa tra i 3 e i 5 anni, insegnamento tramite sussidi didattici, sempre con scopo ludico.

- Dal 2013 a oggi **Allenatore Federale di II livello STF**.

- Dal 2012 **Maestra di sci**, iscritta al Collegio Regionale del Piemonte, presso la scuola Sci Sansicario Action.

Insegnamento tecnica sci alpino. Svolgimento di lezioni individuali e collettive, sia nel campo scuola che in pista. Insegnamento a diverse fasce di età sulla tecnica di base dello sci alpino.

- Dal 2008 al 2012 atleta della Nazionale Italiana di sci alpino F.I.S.I. (squadra C giovanile, aggregata squadra B di coppa europa)

Miglior punteggio FIS:

19.85 in Gs lista 2010/2011

31.38 in Sg lista 2008/2009

Risultati di rilievo:

2012 8° posto in Slalom Gigante e 13° posto in SuperG Campionati Italiani Assoluti a Roccaraso

2011 Partecipazione alle Universiadi in Turchia, 4° posto in Slalom Gigante. Due medaglie ai Campionati Italiani Universitari

2012-2006 numerosi podi e vittorie nelle gare Fis e Fis regionali.

2010 1° posto nella classifica generale della SAC (south American Cup), 1° posto in SuperG e in Discesa Libera. 17° in Coppa europa in Discesa a Saint Moritz.

2009 partecipazione ai Mondiali Junior a Garmisch Partenkirchen

2009 3° posto ai Campionati Italiani Giovani

2006-2007 Medaglie ai Campionati Italiani Aspiranti

2006 Apripista alle Olimpiadi di Torino nelle discipline Veloci delle donne.

2004-2001 Nella categoria Children 3 Titoli Italiani in Slalom Gigante, 1 titolo Italiano in Slalom Spaciale e medaglie ai Campionati Italiani, 2 vittorie e un 3° posto al Pinocchio Nazionale e un 2° posto al Pinocchio Internazionale in Slalom Speciale.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 2014 **Laurea** in Scienze delle Attività Motorie e Sportive con 94/100 all'Università di Torino.

Teoria dell'allenamento, psicologia dello sport e anatomia. Tesi sulla psicologia sportiva relativa allo Sci Alpino con il Prof. Giuseppe Vercelli.

- da Settembre 2014 **Libera Professione** come Trainer e Personal Trainer presso le sedi di Palestre Torino e presso l'Athletic Center SSD a tTorino.

- Tirocinio e Stage presso numerose palestre di Torino

Più di 250 ore di tirocinio. Formazione come Personal Trainer, Queenax (allenamento funzionale) e sulla preparazione atletica di giovani sciatori.

- 2009 Diploma Scientifico presso il Liceo Lagrange di Rivoli (To)

Lingua madre Italiana

Altre lingue

	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1	B1	B1	B1	B1
	Sostituire con il nome del certificato di lingua acquisito. Inserire il livello, se conosciuto				
Spagnolo	A2	A2	A1	A1	A1
	Sostituire con il nome del certificato di lingua acquisito. Inserire il livello, se conosciuto				

Livelli: A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato
Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Patente di guida B

"Il sottoscritto, ai sensi e per gli effetti delle disposizioni contenute negli articoli 46 e 47 del decreto del Presidente della Repubblica 28 dicembre 2000, n. 445 e consapevole delle conseguenze derivanti da dichiarazioni mendaci ai sensi dell'articolo 76 del predetto D.P.R. n. 445/2000, sotto la propria responsabilità dichiara che le informazioni contenute nel presente curriculum corrispondono a verità"

Firma 

"Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e del GDPR (Regolamento UE 2016/679)".

Firma 

Gennaio 2023