

# NILDE MANTELLASSI

📍 LOC. OLMI VITERETE 25, 50032, BORGO SAN LORENZO, FI

☎ 3494902684

✉ nmantellassi@gmail.com

🎁 24/12/1975

🚗 B

## Profilo professionale

---

ASSISTENTE BAGNANTE ED ISTRUTTRICE DI NUOTO DAL 1995 con esperienza pluriennale nel settore.

## Capacità e competenze

---

- Abitudine al lavoro in contesti dinamici
- Ottime doti comunicative e relazionali
- Competenza nella gestione di attività individuali e di gruppo
- Tecniche di pronto soccorso
- Doti relazionali
- Orientamento al cliente
- Strategie motivazionali

## Esperienze lavorative e professionali

---

|                              |   |                   |
|------------------------------|---|-------------------|
| Gennaio 2002<br>-<br>ad oggi | <b>Centro Piscine Mugello</b><br><b>Istruttore di fitness</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Organizzazione di corsi e programmi per diverse discipline e con diversi livelli di difficoltà.</li><li>• Creazione di relazioni positive con i clienti, motivando il gruppo durante le lezioni di fitness.</li><li>• Scelta dell'intensità e della tipologia di esercizi in base al livello di preparazione degli utenti.</li><li>• Pianificazione e gestione di corsi di gruppo e di lezioni individuali.</li><li>• Riordino e controllo di attrezzi e strumenti dopo ogni utilizzo.</li><li>• Presentazione ai clienti di corsi e altre attività sportive proposte.</li><li>• Spiegazione e dimostrazione degli esercizi, verificandone la corretta esecuzione.</li><li>• Supporto ai clienti nell'uso di attrezzi per gli allenamenti verificandone il corretto utilizzo.</li></ul> | Borgo San Lorenzo |
| Gennaio 1995<br>-<br>ad oggi | <b>Centro Piscine Mugello</b><br><b>Istruttore di nuoto</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dimostrazione pratica dentro e fuori dall'acqua del movimento corretto da eseguire.</li><li>• Definizione e spiegazione degli esercizi di riscaldamento e di stretching.</li><li>• Spiegazione della fase di respirazione in acqua e monitoraggio dell'esecuzione.</li><li>• Analisi e definizione del metodo di insegnamento più adatto alle capacità della classe.</li><li>• Conduzione di lezioni di nuoto individuali e di gruppo.</li><li>• Elaborazione di piani di allenamento sulla base degli obiettivi e delle</li></ul>  | Borgo San Lorenzo |

|                                    |  |                   |
|------------------------------------|--|-------------------|
|                                    | <p>potenzialità degli allievi.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Spiegazione e dimostrazione dello schema psicomotorio di base e dei singoli movimenti.</li> <li>● Supporto a bambini e adulti nella prime fasi di contatto con l'acqua.</li> <li>● Supervisione e monitoraggio della sicurezza degli allievi durante le lezioni.</li> <li>● Preparazione a bordo vasca di strumenti e attrezzi per i principianti.</li> <li>● Valutazione dell'apprendimento degli allievi attraverso test ed esercitazioni.</li> <li>● Discussione, coordinamento delle attività e definizione delle azioni necessarie con altri funzionari sportivi.</li> </ul>  |                   |
| Gennaio 1993<br>-<br>ad oggi       | <p><b>Centro piscine Mugello</b></p> <p><b>Assistente bagnante</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Salvataggio e primo soccorso tramite tecniche di Basic Life Support.</li> <li>● Studio dei rischi in acque pericolose e adozione delle misure preventive di sicurezza e controllo.</li> <li>● Informazione ai bagnanti sui pericoli di balneazione in aree particolarmente rischiosi.</li> <li>● Monitoraggio dei bagnanti, verificando il rispetto dei regolamenti in vigore.</li> <li>● Pronto intervento di salvataggio in acqua in caso di necessità.</li> <li>● Controllo del rispetto di norme e procedure di sicurezza all'interno delle aree di competenza.</li> <li>● Coordinamento con il personale di sicurezza presente in tutta la struttura comunicando tempestivamente eventuali situazioni critiche.</li> <li>● Gestione di situazioni di emergenza, mantenendo la calma e istruendo le persone coinvolte sui comportamenti più adeguati.</li> </ul> | Borgo San Lorenzo |
| Ottobre 2004<br>-<br>Marzo 2005    | <p><b>PELLETTERIA MAURO</b></p> <p><b>operaia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Mantenimento di ordine e pulizia nelle aree di lavoro di competenza.</li> <li>● Caricamento dei materiali sui macchinari sulla base del programma di produzione.</li> <li>● Imballaggio, confezionamento ed etichettatura dei prodotti finiti.</li> <li>● Assemblaggio di componenti e montaggio dei pezzi finiti.</li> <li>● Gestione degli imprevisti a garanzia della continuità della linea di produzione.</li> <li>● Sistemazione di bancali e attrezzature e supporto alle attività di carico e scarico.</li> <li>● Sistemazione della strumentazione di lavoro prima e dopo lo svolgimento delle attività.</li> <li>● Avviamento e monitoraggio degli impianti verificandone il corretto funzionamento.</li> <li>● Collaborazione con il magazzino durante gli inventari e la codifica dei prodotti.</li> </ul>  | LONDA             |
| Gennaio 1991<br>-<br>Dicembre 1992 | <p><b>Da Jolanda Albergo Ristorante Pizzeria</b></p> <p><b>CAMERIERA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Servizio ai tavoli per una media di 60 coperti a turno.</li> <li>● Accoglienza alla clientela e offerta di un servizio professionale, cordiale e competente.</li> </ul>  | Firenze           |

- Accoglienza dei clienti e accompagnamento ai tavoli.
- Riordino veloce dei tavoli e rifornimento di tutte le postazioni di servizio.
- Pulizia e riordino della sala da pranzo a fine servizio.

## **Istruzione e formazione**

---

Giugno 1995

**giotto ulivi**

BORGO SAN LORENZO (FI)

**MATURITA' LINGUISTICA: LINGUE**

## **ATTESTATI**

---

corso sicurezza generica e specifica per lavoro a basso rischio conseguito il 03/05/2023

BLSD conseguito il 19/03/2023

brevetto assistente bagnante FIN conseguito NEL 1995, ultimo rinnovo 28/04/2022

Brevetto istruttore di nuoto e fitness in acqua UISP, ultimo rinnovo settembre 2022

---

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio CV ex art. 13 del decreto legislativo 196/2003 e art. 13 del regolamento UE 2016/679 sulla protezione dei singoli cittadini in merito al trattamento dei dati personali

*Nilde Mantellassi*