



BIBIONE
BE ACTIVE
Your holiday in motion

Bibione Be Active 2023

Presentazione Trainer



I nostri Trainer



Daniela Acosta

Da sempre nel mondo dello sport, del ballo e del fitness, ha fatto della sua passione il suo lavoro. Laureata in Educazione della prima infanzia, istruttrice e personal coach di Strong Nation, Zumba fitness, Kids & Kids jr Toning, Fitness funzionale e Cross Training. Ha lavorato in palestre americane, ragazza determinata, energica e intraprendente.

Lezione e tipologia: Zumba. Ritmo, divertimento, energia. Balleremo insieme con l'obiettivo di tenerci in forma divertendoci e unendo fitness, movimento e danza.



Alessandro Belletti

ZJ (Zumba Jammer) dopo aver gareggiato come nuotatore professionista da adolescente, Alessandro passa alla danza e diventa ben presto un istruttore di Zumba. Questo gli ha aperto un nuovo mondo come fitness trainer. Alessandro è diventato un Zumba Jammer nel 2012, tra i primi in Europa e primo italiano a presentare una sessione ad Orlando alla convention mondiale di Zumba Fitness.

Lezione e tipologia: Zumba. Ritmo, divertimento, energia. Balleremo insieme con l'obiettivo di tenerci in forma divertendoci e unendo fitness, movimento e danza.



Chiara Bertozzo

Chiara con la sua tenacia e passione è arrivata ad essere un Animal Flow Regional. Leader Italia, terza certificata al mondo Animal Flow Lev3, ha trasformato la sua esperienza, fatta di movimento, transizioni, equilibri e nuove sensazioni nel suo lavoro/passione.

Lezione e tipologia: Animal Flow. In quante direzioni può muoversi il corpo con agilità e controllo? Sai essere fluido e potente? Stretch e mobility per creare forza.



Vera Bettiol

Formatore per insegnanti Yoga sia in Italia che in India, specializzata in Vinyasa con certificazioni in Aerial, Yin, Restorative e Yoga Ormonale, Pranayama e Meditazione. Adora suonare le campane tibetane e le campane di cristallo accompagnata dall'energia del Reiki. Crede che lo Yoga abbia un potenziale illimitato per trasformare e guarire le nostre vite e la sua intenzione è di creare spazio affinché tutti si muovano con consapevolezza.

Lezioni e tipologia: Vinyasa Yoga | Yin e Yang flow. Uno Yoga molto dinamico, si praticano sequenze di asana (postura) con poche pause, aumenta la flessibilità del corpo, la resistenza allo sforzo e la tonicità muscolare. | Questa corrente Yoga è caratterizzata da un ritmo lento e fluido, mirato ad agire in profondità sulla mente e sul corpo.



Mirko Crespi

Ex atleta agonista, ideatore e formatore dei format Boxe Up® e Free Up®. La passione per la Boxe e la sua bravura nell'eseguire le varie tecniche lo hanno portato a diventare un forte punto di riferimento per i suoi allievi e insegnanti per le discipline del Combact.

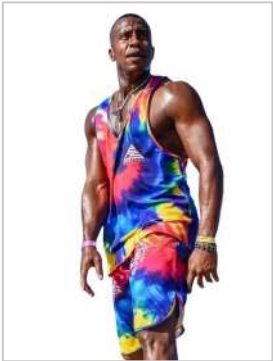
Lezione e tipologia: Free Up. Lezione con base di movimenti derivanti dal Combact a ritmo di musica e a corpo libero.



Manuela D'amato

Ho fatto della mia passione, il fitness, il mio lavoro. Il mio lavoro di istruttrice, la continua voglia di formarsi, studiare e approfondire, mi ha portato negli anni a sviluppare qualità e capacità necessarie alla gestione delle relazioni interpersonali.

Lezione e tipologia: Shape Your Body | Aeroeasy. Lezione di tonificazione di media intensità impostata come un interval training dinamico. | Lezione di aerobica base adatta a tutti, esperti e meno esperti.



Eduardo Da Silva

'Il lavoro crea il mondo in cui viviamo'. Venite a scoprire il nostro mondo Revolution Sambafit ne rimarrete rapiti. Eduardo è il cuore di questo progetto meraviglioso che unisce attraverso la musica e la sua danza, tutti i partecipanti. Uno spettacolo per gli occhi ed il cuore!

Lezione e tipologia: Revolution Sambafit. Con i suoi ritmi travolgenti e i suoi colori è la disciplina aerobica che fonde i passi del Samba Brasiliano con quelli del cardio fitness.



Luca De Nigro

Una lunga 'carriera' ricca di successi: Luca Inizia giovanissimo a 14 anni conoscendo lo step e l'aerobica coreografata. Nel 2012 Intraprende il percorso Zumba come ZIN (Zumba Instructor Network) mosso dal suo amore per il fitness danzante per arrivare nel 2018 ad acquisire il titolo di ZES (Zumba Education Specialist). Presenza scenica impattante ed energia esagerata.

Lezione e tipologia: Zumba. Ritmo, divertimento, energia. Balleremo insieme con l'obiettivo di tenerci in forma divertendoci e unendo fitness, movimento e danza.



Alessio Diana

Alessio nasce come karateka all'età di 6 anni vincendo 3 europei. Incontra poi la danza a 17 e inizia la sua carriera di ballerino in una compagnia di danza hip hop, calcando i palchi con Gery Halliwell, Giorgia, Baglioni, Subsonica e molti altri. All'età di 20 anni inizia come trainer di Fit Box e Karate Dance per poi specializzarsi in Zumba, Fitness musicale, Pound e Reejam. Ad oggi spicca per il suo carisma, la sua tecnica e il suo stile ineguagliabili.

Lezioni e tipologia: Zumba | Reejam. Ritmo, divertimento, energia. Balleremo insieme con l'obiettivo di tenerci in forma divertendoci e unendo fitness, movimento e danza. | Una lezione semplice, ad alto impatto, adatta a Tutti. I passi base dell'hip hop anni '90 associati alla didattica fitness odierna.



Gabel

“E-Poles” è un modo rivoluzionario per valutare l'attività fisica della parte superiore del corpo. Il Nordic Walking, se effettuato correttamente, è il mezzo più efficace per raggiungere obiettivi virtuosi nella tutela della salute. “E-Poles” migliora l'efficienza della didattica, raggiungendo gli obiettivi psico-motori in minor tempo e permettendo di ottenere il massimo dei benefici derivati dall'attività di Nordic Walking.

Lezione e tipologia: Functional. Adatto a chi ama fare sport all'aria aperta e vuole provare una vera e propria novità del settore Fitness.



Jairo Junior

Nato in Brasile, italiano d'adozione, Jairo è un appassionato sportivo da sempre. Atleta, presenter, formatore, fisioterapista laureato, un bel percorso professionale che lo ha portato nel 2015 a sviluppare un metodo di allenamento dal grande successo: il Cross Cardio, questo suo format super innovativo, semplice e adattabile a tutti.

Lezioni e tipologia: Cross Cardio | Mobility. Un allenamento cardiovascolare funzionale che mira al miglioramento a 360° dell'atleta con un metodo semplice efficace e sempre vario. | Un format che saprà sorprendervi, facendovi fruire di mobilità, stretching e relax in un modo mai visto prima. Adatto davvero a tutti, questa lezione fa del benessere il suo target principale e vi garantiamo che ne uscirete in grande forma.



Sonia Zanin

Personal trainer, master trainer di Olistic Workout®, di Qi Well®, di ginnastica posturale (metodo Mezières), di automassaggio miofasciale (trigger point), istruttrice di yoga per bambini, di Pilates, di allenamento funzionale e fitness musicale, operatrice di idrokinesi terapia certificata MSP. Esperienze: Presenter a Rimini Wellness, JTB convention, FSB Udine, Testimonial e Trainer Mysa - Testimonial e Trainer Vibram - Testimonial e Trainer Sidea.

Lezioni e tipologia: Olistic Workout | Olistic QiWell | Yoga Basic | Ginnastica posturale | Stretching dei meridiani. Un programma di allenamento che coinvolge i muscoli, i canali energetici e le emozioni. | Format olistico che fonde 3 elementi: ginnastica dolce, mobilizzazione di ginnastica posturale. | Sequenze basi di movimenti che, associati alla respirazione, richiedono coordinazione ed equilibrio. | Un insieme di posizioni e movimenti controllati associati alla respirazione e al rilassamento muscolare. | Semplice e potentissimo strumento di allungamento unito alla respirazione.



Simone Magliola

Simone, da sempre appassionato di sport (ha militato per numerosi anni nel campionato nazionale di Serie B di Pallamano), laureato in Scienze Motorie, comincia molto presto ad occuparsi di Fitness. La sua esperienza come presenter e formatore nel mondo del fitness comincia nel 2016 come istruttore di Cross Cardio dell'anno. Coinvolto insieme al fratello Daniele dal fondatore e presenter internazionale Jairo Junior, da allora lo affianca nelle più importanti scuole formative e i più prestigiosi palchi italiani ed europei.

Lezione e tipologia: Cross Cardio (TIME) | Cross Cardio (TABATA) | Mobility. Lezione di tonificazione funzionale, allenamento cardiovascolare e di tonificazione adatta a tutti. La metodologia proposta in questa lezione (TIME) è una magnifica strategia per conoscerci, l'obiettivo è quello di non fermarsi mai, modulando il ritmo e la velocità delle ripetizioni all'interno di ogni set di esercizi. | Lezione di tonificazione funzionale, allenamento cardiovascolare e di tonificazione adatta a tutti. La metodologia proposta in questa lezione (TABATA) vi metterà alla prova con una delle metodiche HIIT più famose al mondo. Tabata, infatti, è un protocollo di lavoro intervallato utilizzato con grande successo in tutto il mondo, non solo nei centri fitness, ma anche da moltissimi atleti di élite. | Un format che saprà sorprendervi, facendovi fruire di mobilità, stretching e relax in un modo mai visto prima. Adatto davvero a tutti, questa lezione fa del benessere il suo target principale e vi garantiamo che ne uscirete in grande forma.



Daniele Magliola

Daniele, da sempre appassionato di sport (ha militato per numerosi anni nel campionato nazionale di Serie B di Pallamano), laureato in Scienze Motorie, comincia molto presto ad occuparsi di Fitness. La sua esperienza come presenter e formatore nel mondo del fitness comincia nel 2016 come istruttore di Cross Cardio dell'anno. Coinvolto insieme al fratello Daniele dal fondatore e presenter internazionale Jairo Junior, da allora lo affianca nelle più importanti scuole formative e i più prestigiosi palchi italiani ed europei.

Lezione e tipologia: Cross Cardio (AMRAP) | Cross Cardio (EMOM) | Mobility. Lezione di tonificazione funzionale, allenamento cardiovascolare e di tonificazione adatta a tutti. La metodologia proposta in questa lezione (AMRAP) sarà una vera e propria challenge di resistenza, il cui obiettivo è quello di completare il maggior numero di round proposti dentro un determinato tempo. | Lezione di tonificazione funzionale, allenamento cardiovascolare e di tonificazione adatta a tutti. La metodologia proposta in questa lezione (EMOM) vi metterà alla prova dandovi un solo minuto di tempo per completare un circuito di lavoro da ripetere più volte. | Un format che saprà sorprendervi, facendovi fruire di mobilità, stretching e relax in un modo mai visto prima. Adatto davvero a tutti, questa lezione fa del benessere il suo target principale e vi garantiamo che ne uscirete in grande forma.



Cristiano Lollo

Dottore in scienze motorie, numerosi master e certificazioni internazionali che spaziano dal fitness e dal personal training fino alla posturologia, medicina olistica, Yoga e medicina tradizionale olistica. E' ideatore del format Olistic Workout e nel 2017 ha concluso e presentato l'innovativo format Olistic QiWell. Il suo motto: 'una buona forma fisica e mentale migliora la qualità della nostra vita'.

Lezioni e tipologia: Olistic Workout | Olistic QiWell | Yoga Basic | Ginnastica posturale | Stretching dei meridiani. Un programma di allenamento che coinvolge i muscoli, i canali energetici e le emozioni. | Format olistico che fonde 3 elementi: ginnastica dolce, mobilizzazione di ginnastica posturale. | Sequenze basi di movimenti che, associati alla respirazione, richiedono coordinazione ed equilibrio. | Un insieme di posizioni e movimenti controllati associati alla respirazione e al rilassamento muscolare. | Semplice e potentissimo strumento di allungamento unito alla respirazione.



Cecilia Migliosi

Insegnante di discipline musicali, Personal Trainer, specializzata in tonificazione funzionale, yoga, pilates e posturale, ideatrice e formatrice del programma di Postural Fusion, docente Virgin Active Academy, Adidas Ambassador.

Lezioni e tipologia: Postural fusion | Bodyweight | Yoga align | Pilates. Dalla respirazione, alla postura, passando attraverso gli asana, una pratica completa per far rifiorire la tua colonna vertebrale. L'obiettivo è cercare di adattare e utilizzare gli elementi di tre discipline olistiche, posturale, pilates e Yoga, rispettando le esigenze del singolo, aiutandoli a prendere coscienza del proprio corpo (nelle varie posizioni: eretta, seduta, decubito, quadrupedica) e soprattutto di come utilizzarlo rispettando i propri limiti. | Una tipologia di allenamento che utilizza il proprio peso corporeo per fornire resistenza alla gravità. Gli esercizi a corpo libero possono migliorare una gamma di abilità biomotorie tra cui forza, potenza, resistenza, velocità, flessibilità, coordinazione ed equilibrio. | Allinea al centro il tuo spirito con sforzi semplici ed equilibrati. Lezione progettata per coltivare l'equilibrio del corpo con prese lunghe e potenti. | Ginnastica specifica consistente in esercizi di stiramento muscolare diretta a tonificare la muscolatura senza incrementarne la massa e a migliorare la fluidità e il controllo dei movimenti.



Nicolas Rosan

Fondatore della disciplina Country Fitness, un progetto "made in Italy" che in poco tempo ha coinvolto migliaia di persone, non solo sul territorio nazionale ma anche all'estero. Musicista e Presenter Internazionale di fitness, promosso in Europa col massimo livello 8° EQF Master Trainer.

Lezioni e tipologia: Country Fitness | Pop | Functional fitness | Pilates. Country Fitness fonde passi, movimento e coreografie tratte dall'aerobica, il cui coinvolgente ritmo viene utilizzato come sottofondo musicale per le sessioni di allenamento. | Lezione di interval training con l'utilizzo dell'elastico. | Lezione con alternanza di fasi cardio e fasi di tonificazione a corpo libero. | Ginnastica specifica consistente in esercizi di stiramento muscolare diretta a tonificare la muscolatura senza incrementare la massa e a migliorare la fluidità e il controllo dei movimenti.



Alessandro Muò

Dottore in Scienze Motorie, certificato Kettlebell (IKFF), Pilates Matwork e Reformer, Massaggio Sportivo (CONI), Certificazione Antigravity, Certificazione Nike Courses, Personal Trainer da 16 anni, docente e specialist Virgin Active, international fitness presenter, Adidas Brand Ambassador, Creatore Fast & Functional program.

Lezioni e tipologia: Stretch for Strength | Body in Action. Allenamento a corpo libero a basso impatto. Sequenze di movimenti mirati al miglioramento della mobilità, della flessibilità e della forza. | Allenamento funzionale a tempo di musica a corpo libero, caratterizzato da blocchi di lavoro che coinvolgano gli schemi motori e i gruppi muscolari in modo globale ed integrato. Ricerca continua del miglioramento e sviluppo del movimento.



Carlo Onofrio

La mia carriera inizia col pattinaggio artistico e la danza. Il mondo del fitness mi ha dato la possibilità di esprimermi e di fare ciò che amo, insegnare! E Carlo insegna magistralmente davvero molte attività. Dal pilates alla Zumba® passando dal Reejam al Training R-evolution. Un istrionico personaggio dalla grande ironia. Ridere imparando è la cosa più bella del mondo!

Lezioni e tipologia: Reejam | Zumba | Stretching. Una lezione semplice, ad alto impatto, adatta a Tutti. I passi base dell'hip hop anni '90 associati alla didattica fitness odierna. | Ritmo, divertimento, energia. Balleremo insieme con l'obiettivo di tenerci in forma divertendoci e unendo fitness, movimento e danza. | Tutti quegli esercizi che hanno come obiettivo stirare e allungare uno o più muscoli.



Sara Mion

Nel mondo dello sport fin da bambina, ha iniziato la carriera sportiva come ginnasta all'età di 3 anni e mezzo, ha partecipato a svariate competizioni, insegna ginnastica artistica, istruttrice di fitness musicale, total body, Zumba e Reejam.

Lezioni e tipologia: Zumba | Reejam. Ritmo, divertimento, energia. Balleremo insieme con l'obiettivo di tenerci in forma divertendoci e unendo fitness, movimento e danza. | Una lezione semplice, ad alto impatto, adatta a Tutti. I passi base dell'hip hop anni '90 associati alla didattica fitness odierna.



Marta Sanna

Atleta agonista di pattinaggio di velocità, ha fatto del fitness la sua vita. Personal trainer, istruttore di Zumba Fitness, Strong Nation, Cross Cardio, Mobility e molto altro con l'obiettivo di allenarsi divertendosi il più possibile.

Lezioni e tipologia: Zumba | Strong Nation. Ritmo, divertimento, energia. Balleremo insieme con l'obiettivo di tenerci in forma divertendoci e unendo fitness, movimento e danza. | Strong Nation è a tutti gli effetti un allenamento HIIT e, facendo parte della grande famiglia degli *interval training*, alterna brevi periodi a ritmo sostenuto, con altri di recupero attivo o passivo.



Martina Marchi

Da oltre 10 anni nel mondo del fitness insegno Zumba, STRONG Nation, zumba kids, Aqua zumba e Postural la mia missione è portare il sorriso e rendere consapevoli a tutti che tutto è possibile.

Lezioni e tipologia: Zumba | Posturale. Ritmo, divertimento, energia. Balleremo insieme con l'obiettivo di tenerci in forma divertendoci e unendo fitness, movimento e danza. | Dalla respirazione, alla postura, passando attraverso gli asana, una pratica completa per far rifiorire la tua colonna vertebrale. L'obiettivo è cercare di adattare e utilizzare gli elementi di tre discipline olistiche, posturale, pilates e yoga, rispettando le esigenze del singolo, aiutandoli a prendere coscienza del proprio corpo (nelle varie posizioni: eretta, seduta, decubito, quadrupedica) e di come utilizzarlo.



Anna Logan

Da sempre appassionata di sport ed ex atleta agonista in diverse discipline sportive, da ormai più di 20 anni di questa passione ne ha fatto il suo lavoro. Oggi, grazie a un percorso di studi con Enti riconosciuti Coni, è un tecnico sportivo specializzata in molteplici format di allenamento a corpo libero e/o con l'utilizzo di attrezzi.

Lezione e tipologia: Functional. Lezione di tonificazione total body a ritmo di musica con costruzione coreografata.



Ilaria Rossi

Nel 2008 si avvicina per la prima volta al Pilates, allo Yoga, all'Olistic Workout, al Thai Chi e al Qi Gong. Appassionata delle discipline ha iniziato con la formazione. Dal 2019 l'esperienza e lo studio l'hanno portata ad incontrare ed approfondire la tecnica meditativa lavorando con le energie sottili, con il suono e la voce.

Lezione e tipologia: Risveglio Muscolare | Total workout. Risveglio muscolare con fase iniziale olistica di riscaldamento per le articolazioni con piccole e semplici sequenze di ispirazione Thai Chi/Qi Gong, proseguendo con una fase più riattivante di Pilates, un paio di figure di posturale tipo Mezieres e terminando con il defaticamento di stretching dei meridiani relativi cuore-intestino tenue (la coppia di meridiani relativi all'estate), respirazione e ringraziamento finale. | Da una fase di riscaldamento a una fase centrale di workout per gambe, braccia, addominali, e stretching finale.

SPORTFELIX

Sports Tourism Specialist

SportFelix® è il marchio di Raduni Sportivi srl, impresa abilitata al MePA, iscritta alla Camera di Commercio Industria Artigianato e Agricoltura di Venezia Rovigo, Numero REA VE – 340658 - con sede legale e operativa: via Milano 2/b – 30020 Marcon (Ve) - Codice SDI X2PH38J - Partita Iva - Codice Fiscale e numero di iscrizione al Registro delle Imprese di Venezia: 03813270273 - Capitale sociale: euro 310.000,00 interamente versato - Autorizzazione Provincia di Venezia: Protocollo 2010/68699 del 10/11/2010 - Polizza di assicurazione Europ Assistance Italia S.p.A. n. 4416071

Raduni Sportivi srl via Milano, 2/b 30020 - Marcon (Ve) | Tel.: 041.595.06.12 | radunisportivi@pec.it | www.sportfelix.it