

# ELIDE BERTOLINI

Fondatrice OLOS, **GYROTONIC®** Trainer



eMail: [bertolinielide@icloud.com](mailto:bertolinielide@icloud.com)

Dopo un passato di agonista body builder, mi sono dedicata alla ricerca del benessere psicofisico attraverso lo studio e l'applicazione del fitness su me stessa e sui miei clienti. Questo è diventato per me uno stile di vita ed un motivo di crescita continua in un percorso ricco di gratificazioni e di esperienze sempre nuove. La realizzazione di un Centro di benessere integrato, con persone che condividono i miei valori, dove corpo e mente sono viste come un unico aspetto dell'esistenza, è stato il coronamento di questo percorso ed allo stesso tempo un ulteriore stimolo di ricerca e di miglioramento nella conoscenza di quel meraviglioso mondo che è l'essere umano.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- **GYROTONIC®** Jumping-Stretching Board Course 8/2018
- **GYROTONIC®** Level 2, Program 1 Pre-Training Course 10/2016
- **GYROKINESIS®** Happy Moves 2-4/10/2015
- Postural Conditioning 17/03/2015
- **GYROTONIC®** pre&post natal applications 12/06/2011
- Level 2 – pre-training of **GYROTONIC®** expansion system 01/10/2010
- Dinamiche e ostacoli nella comunicazione interpersonale 16/05/2010
- Comunicazione e auto motivazione 12/03/2010
- Certificazione finale in **GYROTONIC®** – Lev 15/05/2009
- Therapeutic Workshop – application of the **GYROTONIC®** for PELVIC GIRDLE 2/09/2009
- Creative series workshop **GYROTONIC®** 2/11/2008
- **GYROKINESIS®** level 1 foundation teacher training course 23/07/08
- Workshop Terapeutico – Applicazione del **GYROTONIC®** Expansion System per scioglimento – Settembre 2007
- **GYROTONIC®** Expansion System Level I – Giugno 2007
- Convention FIF Riccione – Masterclass: Step, Aerobica, Pilates, Baby mind, walking – Ottobre 2006
- Certificazione **GYROTONIC®** Liv. 1 Foundation Teacher training Course – Aprile 2006
- Corso di Marketing Aziendale per palestre istituito dalla Camera di Commercio di Trieste – Settembre 2004
- Master di Back School a Milano organizzato dalla Federazione Italiana Fitness con Rita Valbonesi – Ottobre 2005
- Corso Postural Training – Fitness Project di Boris Bazzani – Novembre 2004
- Diploma di istruttore Fitness per la 3° età Trieste – Ottobre 2004
- Corso base e corso avanzato Yogaflex 1 e Yogaflex 2
- Convention ISSA ITALIA – Bellaria – Giugno 2004
- Master F.I.F “Body Building e terza età” – Milano – Dicembre 2003
- Corso di massaggio antistress – Istituto Riza – Ottobre 2003
- Convention ISSA ITALIA e Master “Allenamenti per avanzati” Bellaria. Giugno 2003
- Convention ISSA ITALIA – Bellaria – Giugno 2002
- Incontro Sport e Riabilitazione – Umbertide – Maggio 2002
- Corso F.I.F – Total Stretching – Bologna – Ottobre 1998
- Corso di elettrostimolazione – Eraclea – Settembre 1998
- Corso di massaggio Trieste Scuola – Aprile 1997
- Cruisin’it Fitness – Jesolo – Settembre 1996
- Stage di aerobica di Nathalie Brou – Cordenons – Ottobre 1995
- Partecipazione al Biella Fitness – Biella – Settembre 1995