
Silvia Damasco

■ Via Tuscolana 1339, 00173, Roma. RM ■ 3382533148 ■ stella_979@hotmail.it ■

PROFILO PROFESSIONALE

- Istruttore di equitazione con qualifica di Tecnico Federale di Volteggio di 2° livello rilasciata dalla FISE (Federazione Italiana Sport Equestri). Esperienza nel ruolo dal 2021 in contesti ludici e agonistici acquisita presso la sezione Volteggio del IV Reggimento Carabinieri a cavallo di Roma. Dispone di ottime capacità di pianificazione e comunicazione interpersonale, conosce i principi fondamentali della tecnica equestre e le normative che regolano la disciplina del volteggio e sa guidare e gestire con efficienza e sicurezza gruppi di principianti, volteggiatori ludici e atleti agonisti, garantendo assistenza continua, coinvolgimento e divertimento. Flessibilità, dinamismo e professionalità.
- Studentessa di Scienze Motorie con ottima preparazione teorica ed esperienza pratica nel Volteggio Equestre e nel Pattinaggio Artistico a Rotelle maturata nel corso di diversi anni di pratica sportiva e attraverso corsi, stage e tirocini formativi. In grado di apprendere velocemente, sa ascoltare, fare lavoro di squadra ed eseguire le mansioni assegnate con precisione e proattività.
- Allenatore Pesistica Olimpica 1° livello FIPE (Federazione Italiana PEsistica) con buona conoscenza in ambito “pesistica” e forte motivazione a crescere professionalmente nel ruolo. Può contare su buone doti organizzative e di gestione del tempo. Sa inserirsi senza troppe difficoltà in nuovi contesti lavorativi grazie a spirito di squadra e ottime capacità di ascolto e comunicazione.

CAPACITÀ E COMPETENZE

- Tecnico FISE di Volteggio Equestre
- Atleta di Volteggio Equestre a livello nazionale e internazionale
- Strategie di preparazione atletica
- Conoscenza dei principi di kinesiologia
- Tecniche di primo soccorso e BLS/D

ESPERIENZE LAVORATIVE E PROFESSIONALI

Istruttore di volteggio equestre, 09/2021 – ad oggi

ASD “Io e il cavallo” presso la Sezione Volteggio del **IV Reggimento Carabinieri a Cavallo** – Roma, RM

- Gestione delle attività assegnate in piena autonomia grazie alle competenze maturate.
- Supervisione durante lo svolgimento di allenamenti ed esercizi, correzione di eventuali errori, al fine di prevenire infortuni.
- Organizzazione di programmi di allenamento in previsione di gare e competizioni.
- Assistenza ai cavalieri nella salita sul cavallo e controllo del corretto assetto.
- Monitoraggio degli allievi durante le lezioni e correzione di movimenti e posizioni.
- Insegnamento delle principali andature del cavallo e della gestione dell'animale attraverso vari strumenti di lavoro tra cui longia e redini lunghe.
- Valutazione del livello atletico dei partecipanti, definendo programmi di allenamento scalabili per bambini, anziani, persone con problemi di mobilità o sotto terapia.
- Armonizzazione delle qualità individuali e collettive per creare la giusta coesione fra i membri della squadra.
- Proposta ed esecuzione di attività capaci di completare e facilitare il lavoro assegnato.

- Spiegazione e dimostrazione degli esercizi di coordinamento, equilibrio, stabilità e forza.
- Definizione degli obiettivi e dei risultati sportivi da raggiungere a breve, medio e lungo termine.
- Verifica della corretta esecuzione di esercizi e piani di training con attuazione di eventuali interventi correttivi.
- Analisi costante dei risultati conseguiti valutando modifiche al training rispetto al piano iniziale di allenamento.
- Aggiornamento dei piani di allenamento con attività specifiche in base a condizioni e obiettivi personali.
- Ispezione dell'attrezzatura sportiva e degli atleti per verificare il rispetto delle norme di sicurezza e dei regolamenti.
- Spiegazione di regole, regolamenti e linee guida della disciplina ad atleti e allenatori.
- Partecipazione attiva a manifestazioni ed eventi sportivi incoraggiando stili di vita sani e promuovendo le attività sportive.
- Formazione teorica e pratica di atleti in sport individuali e di gruppo.
- Promozione dei sani principi sportivi di lealtà e collaborazione tra atleti e staff e nei confronti delle squadre avversarie sia dentro che fuori dal campo di gara.

----- ISTRUZIONE E FORMAZIONE -----

Scienze Motorie

Università degli Studi di Roma "Foro Italico" – Roma

Studentessa 3° anno Scienze Motorie

Liceo delle Scienze Umane – 06/2021

Istituto Magistrale Margherita di Savoia – Roma

- Diploma – Voto 90/100

Attestato "Corso di Formazione BLSA/PBLSA" – 03/2022

Croce Rossa Italiana – Comitato Regione Lazio

Attestato "Primo soccorso prevenzione infortuni e protezione civile" - 2020

Croce Rossa Italiana – Comitato Area metropolitana di Roma Capitale

----- LINGUE -----

Inglese:

C1

Avanzato

Atleta di Volteggio Equestre tesserata FISE dal 2008 con patente di tipo B/V n°FISE436A6/KG.

Migliori piazzamenti:

- 1° posto **Concorso Internazionale di Volteggio** – cat. Individuale 2* Senior – Monza 2023
- 2° posto **Coppa delle Regioni** – cat. Individuale 2* Senior – anno 2023
- 1° posto **Campionati Italiani** – cat. Individuale 2* Senior – anno 2022
- 3° posto **Campionati Italiani** – cat. Individuale 2* Senior – anno 2021
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Individuale 2* - anno 2021
- 3° posto **Coppa delle Regioni** – cat. Individuale YV – anno 2021
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Individuale 3* - anno 2020
- 2° posto **Campionati Italiani** – cat. Pas De Deux 2* Junior – anno 2019
- 2° posto **Campionati Italiani** – cat. Squadra C – anno 2019
- 1° posto **Concorso Internazionale di Volteggio** – cat. Pas De Deux 2* Junior – Scandiano 2019
- 3° posto **Coppa delle Regioni** – cat. Individuale 2* Junior – anno 2019
- 3° posto **Coppa delle Regioni** – cat. Squadra C – anno 2019
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Individuale 2* Junior - anno 2019
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Pas De Deux 2* Junior - anno 2019
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Squadra C - anno 2019
- 1° posto **Campionati Italiani** – cat. Squadra C – anno 2018
- 2° posto **Coppa delle Regioni** – cat. Individuale 2* Junior – Anno 2018
- 1° posto **Coppa delle Regioni** – cat. Squadra C – anno 2018
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Individuale 2* - anno 2018
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Squadra C - anno 2018
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Individuale 2* - anno 2017
- 3° posto **Campionati Italiani** – cat. Individuale 1* Children – anno 2016
- 3° posto **Ponyadi** – cat. Individuale 1* Children – anno 2016
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Individuale 2* - anno 2016
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – cat. Individuale 1* - anno 2015
- 3° posto **Ponyadi** – cat. Individuale 1* Children – anno 2015

Tecnico FISE di Volteggio Equestre di 2° livello.

Migliori piazzamenti:

- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Individuale 1* maschile – anno 2024
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Individuale 1* femminile – anno 2024
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra E – anno 2024
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra F Pulcini – anno 2024
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra F Open – anno 2024
- 2° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Individuale 1* femminile – anno 2024
- 2° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2024
- 1° posto **Finale Coppa Italia Club** – Cat. Squadra L Integrata – anno 2023
- 2° posto **Finale Coppa Italia Club** – Cat. Squadra L 2^a fascia – anno 2023
- 3° posto **Finale Coppa Italia Club** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2023
- 1° posto **Coppa delle Regioni** – Cat. Squadra L Integrata – anno 2023
- 1° posto **Coppa delle Regioni** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2023
- 2° posto **Coppa delle Regioni** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2023
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Individuale C – anno 2023
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra E 2^a fascia – anno 2023
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra L 2^a fascia – anno 2023
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra L Integrata – anno 2023
- 2° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2023
- 3° posto **Campionati Italiani** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2022
- 3° posto **Campionati Italiani** – Cat. Squadra L 2^a fascia – anno 2022
- 3° posto **Coppa delle Regioni** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2022
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Individuale D – anno 2022
- 2° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Individuale D – anno 2022
- 3° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra L 2^a fascia – anno 2022
- 1° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2022

Migliori piazzamenti:

- 1° posto **Campionati Italiani** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2022
- 2° posto **Campionati Italiani** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2022
- 1° posto **Ponyadi** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2022
- 2° posto **Ponyadi**– Cat. Squadra F Integrata – anno 2022
- 1° posto **Coppa delle Regioni** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2022
- 2° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2022
- 3° posto **Campionato Regionale Lazio** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2022
- 1° posto **Campionati Italiani** – Cat. Squadra F Integrata – anno 2021
- 2° posto **Ponyadi**– Cat. Squadra F Integrata – anno 2021