



Attività Recenti

Allenatore federale Fijlkam judo (dal 1997). Cintura nera 4° Dan.
 Allenatore judo bambini, adolescenti, bambini con specificità.
 Attività di consulenza area benessere psico- fisico.
 Collaborazione con nutrizionisti, fisioterapisti, osteopati, posturologi, psicoterapeuti.
 Consulenze: educazione e relazione del e con il bambino nella disciplina sportiva.

Judo

Dal 1972 ad oggi

Pratica disciplina del judo. Inizio attività agonistica anno 1976.
 Insegnante tecnico judo e cultura fisica Fijlkam (dal 1997).
 Atleta agonista in categoria per competizioni Nazionali e Internazionali (1976 – 1997).
 Atleta agonista Master della Nazionale di judo (fine attività 2017).

Risultati agonistici Judo

Convocazioni in Nazionale come atleta di Categoria e come atleta Master.
 Pluricampionessa in Trofei Internazionali come atleta di Categoria e atleta Master.
 Plurimedagliata Campionati Italiani e Assoluti di Categoria e Master.
 Pluricampionessa Regionale Piemonte ed Emilia-Romagna di Categoria.
 Campionessa Italiana, campionessa Europea e campionessa Mondiale Master 2016.
 Campionessa Europea e campionessa Mondiale Master 2017.

Cross-fit

Dal 2016 al 2019

Pratica da competitor.

Risultati agonistici

Partecipazione qualifica campionato Master under 55, 2019, 1 classificata.

Body-building soft

Dal 1993 al 1998

Attività agonistica: REGIS, KING (Bologna).

Qualifica allenatore pesi, cultura fisica (FIPCF- 2003).

Risultati agonistici

Campionati Italiani WABBA: 2° class.

Campionati Provinciali WABBA: 2° class

Campionati Regionali WABBA: 1° class.

Campionati Ragionali IPF: 6° class.

Duathlon

Dal 1992 al 1993

Attività agonistica specialità: corsa e bici.

Risultati agonistici

Campionato provinciale, 2° classificata.

Aerobica - Step

Dal 1990 al 1993

Attività agonistica per ASTERIX (Bologna).

Risultati agonistici

Campionati Italiani a squadre, 2° classificata