



Curriculum Vitae Sportivo SARA FRANZONI

DATI PERSONALI


 Via Fadini 3 Montodine 26010 CR

 338 6443956

 sarafranzonipt@gmail.com

Data di nascita: 10/03/1993

Nazionalità: Italiana

 Karate castelleone

 sara.franzoni93.pt

1. QUALIFICHE

- **Istruttore di fitness e body building** con riconoscimento 2019 AICS
- **Personal trainer** con riconoscimento 2019 AICS
- **Istruttore Kettlebell** con riconoscimento 2020 AICS
- **Istruttore di karate** con riconoscimento 2019 SNAQ e LIBERTAS
- **Istruttore Allenamento Funzionale** 2020 AICS

A. Titoli di studio

- Diploma di maturità in Perito chimico (ITIS) anno 2012
- Master Personal Trainer con riconoscimento AICS 2020

B. Esperienze lavorative

- Attualmente fitness coach presso associazione che si occupa di alimentazione e allenamento riconosciuta con ASI
- Istruttrice di karate dal 2016 ad oggi
- Allenatrice di krav maga dal 2019 ad oggi

2. MEDAGLIERE

2002

- 1° classificata individuale campionato italiano Montecatini Terme

2003

- 2° classificata individuale campionato italiano Montecatini Terme

2005

- 1° classificata individuale campionato italiano

- 1° classificata individuale campionato europeo per club Montecatini shitoryu
- 1° classificata individuale campionato europeo per club Montecatini interstile

2006

- 2° classificata individuale campionato italiano

2007

- 1° classificata individuale campionato italiano

2009

- 1° classificata individuale campionato italiano a Modena
- 3° classificata campionato italiano ASI a Bologna

2010

- 1° classificata individuale campionato italiano a Bologna
- 2° classificata individuale campionato del mondo WUKF a Sao Paolo, Brasile
- 1° classificata individuale campionato del mondo WKC a Caorle
- 1° classificata a squadre campionato del mondo WKC a Caorle

2011

- 1° classificata individuale campionato italiano cadette
- 1° classificata a squadre campionato italiano
- 2° classificata individuale campionato squadre junores
- 1° classificata individuale campionato europeo WUKF a Gyor , Ungheria

2012

- 1° classificata individuale campionato italiano
- 2° classificata individuale campionato mondiale WUKF a Novi Sad in Serbia

2013

- 2° classificata a squadre coppa Europa a Cluj Napoca, Romania
- 1° classificata individuale mondiale per club a Treviglio
- 1° classificata a squadre mondiale per club a Treviglio

2014

- 1° classificata a squadre campionato italiano a Lodi
- 3° classificata individuale campionato italiano a Lodi
- 3° classificata individuale campionato europeo WUKF a Verona
- 1° classificata a squadre campionato europeo WUKF a Verona

2016

- 1° classificata a squadre campionato italiano
- 3° classificata individuale campionato italiano
- 1° classificata a squadre campionato mondiale WUKF a Dublino, Irlanda
- 1° classificata a squadre campionato europeo WUKF a Montichiari
- 3° classificata individuale campionato europeo WUKF a Montichiari

2017

- 1° classificata individuale campionato italiano a Rimini
- 1° classificata a squadre campionato italiano a Rimini
- 1° classificata a squadre campionato europeo WUKF a Cluj Napoca, Romania
- 1° classificata a squadre campionato mondiale UWK a Montecatini

2018

- 1° classificata a squadre campionato italiano unificato ad Osimo
- 2° classificata individuale campionato italiano unificato categoria interstile ad Osimo
- 1° classificata individuale campionato italiano unificato categoria interstile ad Osimo
- 1° classificata individuale campionato italiano WKA a Cinisello
- 1° classificata a squadre campionato italiano WKA a Cinisello

2019

- 1° classificata individuale campionato italiano a Rimini WKA
- 1° classificata a squadre campionato italiano WKA a Rimini
- 1° classificata a squadre mondiale per club a Zagabria, Croazia
- 1° classificata individuale mondiale per club a Zagabria, Croazia
- 1ª classificata a squadre mondiale WUKF a Bratislava, Slovacchia

3. ALTRE INFORMAZIONI

- Inizio pratica karate nel 1998
- Responsabile corso karate a Castelleone dalla stagione 2015/2016
- Responsabile corso Krav Maga a Castelleone dalla stagione 2019/2020
- Aggiornamento tecnico per karate mensile presso maestro Zoccolanti
- Aggiornamento tecnico per krav maga settimanalmente
- Attualmente studente Accademia di NonSoloFitness
- Atleta della nazionale italiana dal 2010