



Michela Speranzoni

**BIOLOGA
NUTRIZIONISTA |
MAESTRA E
ALLENATRICE DI SCI
ALPINO**

Data di nascita: 24/10/1995
Nazionalità: Italiana
ITorino, 10121, Piazza Solferino 7

CONTATTI

Cellulare: +39 3342845875
Email: michela@speranzoni.it
Instagram: @michela.nonsolonutrizione
Linkedin: Michela Speranzoni

COMPETENZE LINGUISTICHE

Italiano: madrelingua
Inglese: buona conoscenza della lingua parlata e scritta

FORMAZIONE

Esame di stato - Iscrizione all'albo professionale dei biologi

Agosto 2022 - numero di iscrizione: PLV_A3749

Laurea magistrale in Scienze della nutrizione umana

Università San Raffaele Roma | Gennaio 2020 - Marzo 2022

110/110 con lode | Tesi sperimentale su un campione di atleti professionisti di sci alpino in collaborazione con la Federazione Italiana Sport Invernali: "Sport invernali: possibile vantaggio competitivo nel microbiota intestinale degli atleti"

Laurea triennale in Scienze delle attività motorie e sportive

"Alma Mater Studiorum" Università degli studi di Bologna | Settembre 2016 - Ottobre 2019

108/110 | "Attività fisica e microbiota intestinale"

Corsi di formazione post laurea

- Aprile 2022 | Corso teorico-pratico di nutrizione clinica, docente dott. Uliano Roberto
- Novembre 2022 | Il ruolo dei microbioti nelle patologie dell'uomo, docente dott. Di Piero Francesco
- Maggio 2023 | Alimentazione Chetogenica: un approccio metabolico per il recupero della salute, docente dott.ssa Stefania Cazzavillan

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Biologa nutrizionista libera professionista, a Torino, Pavullo n/F (Mo) e online

Gennaio 2023 - presente

- Programmazione di piani nutrizionali per persone sane e/o con patologie diagnosticate, per perdere/aumentare il proprio peso e/o migliorare il proprio stato di salute
- Educazione alimentare di bambini, adolescenti e adulti
- Programmazione di piani alimentari per donne in gravidanza, allattamento e menopausa
- Educazione alimentare per la famiglia ed i bambini in svezzamento

Maestra di sci alpino

2018 - presente

- In qualità di maestra ed allenatrice di sci alpino svolgo lezioni di sci ad adulti e bambini, principianti ed esperti, presso la scuola sci & snowboard Preskige di Sestriere. Inoltre sono la responsabile del gruppo stagionale "super-mini", composto da bambini di 3/5 anni
- Ad aprile 2023 ho superato la selezione per accedere al corso di formazione Istruttori Nazionali di sci alpino