

ILARIA MALAFRONTI

Nata a Pompei il 31/05/1996

Residente a Pompei (NA)

About Me

Sono una studentessa di Medicina e Chirurgia e istruttrice sportiva. Studio e lavoro a contatto con le persone, con un'idea chiara: la salute si costruisce ogni giorno, partendo dalla prevenzione e da uno stile di vita corretto.

Credo molto nella prevenzione, nella presenza concreta e nella comunità: non basta parlare di cambiamento, bisogna esserci davvero.

Come affermava Ippocrate:

"Se si riuscisse a dare a ciascuno la giusta dose di nutrimento ed esercizio fisico, avremmo trovato la strada per la salute."

Work Experience

Istruttrice di Pilates Matwork e Allenamento Funzionale

Élite Fitness Pompei

In corso

- Conduzione di lezioni individuali e di gruppo
- Lavoro su mobilità, postura e benessere fisico
- Organizzazione autonoma delle attività e gestione dei gruppi
- Relazione diretta con le persone

Animatrice e Hostess per eventi – Dream Animation, Pompei

- Gestione di gruppi numerosi (bambini e adulti)
- Coordinamento delle attività durante eventi
- Contatto diretto con il pubblico
- Capacità di adattamento in contesti dinamici

Education

Medicina e Chirurgia – Università degli Studi di Napoli Federico II

Attualmente iscritta

Biotechnologie della Salute – Università degli Studi di Napoli Federico II

Diploma di Liceo Scientifico – Liceo "E. Pascal", Pompei

Hard Skills

- Programmazione di allenamenti personalizzati
- Mobilità articolare e stretching muscolare
- Misurazione di parametri di base
- Organizzazione operativa di attività
- Educazione alla prevenzione e al benessere
- Gestione pratica del lavoro con gruppi

Esperienze e Riconoscimenti

- 1° posto WDFPF Deadlift World Championship F.I.A.P. (2025)
- Danza classica e moderna per 16 anni con conseguimento diploma A.S.D. Royal Academy Ballet (2014)
- Attività di volontariato sul territorio, tra cui associazione "Pompei Rivive"
- 2° posto regionale Olimpiadi di Matematica (2010)
- 1° posto Premio Poesie "Francesco Giuliano" (2009)

Impegno

Mi candido per portare attenzione concreta su prevenzione, benessere e qualità della vita, partendo dalle persone e dal territorio.