

CURRICULUM VITAE

INFORMAZIONI PERSONALI

GIORGIA COLLU

Sesso F | Data di nascita Nazionalità ITALIANA

TITOLI UNIVERSITARI.

- 1) Diploma di laurea triennale: DIPLOMA ISEF a.a. 1982-83 voto 110 e lode

- Frequenza il Corso di studi della Laurea Specialistica in Scienze e Tecnica dello Sport della Facoltà di Medicina dell'Università di Cagliari negli a.a 2006/07 e 2007/08.

INSEGNAMENTO UNIVERSITARIO

- 1) vincitrice bando di concorso per *DOCENTE* a.a. 2009-10 /2010-11
MDF02-Corso interfacoltà Scienze Motorie-UNICA
materia: TTD SPORT NATATORI
- 2) vincitrice bandi di concorso per *ESERCITATORE* a.a. dal 2000-01 al 2009-10
MDF02-Corso interfacoltà Scienze Motorie-UNICA
materia: TTD SPORT NATATORI

INSEGNAMENTO SCOLASTICO

- 1) Vincitrice di concorso a.s. 1984-85 con passaggio in ruolo a.s. 1986-87 per insegnamento Educazione Fisica scuola primaria di 1° grado in Ruolo sino all'as 1999-2000
- 2) Vincitrice concorso per esami e titoli Docenti abilitati Ddg 85/2018 con immissione in ruolo as 2019/20 materia Scienze Motorie Scuola secondaria 1° grado AD049- Sedi Senorbì, Suelli. Barrali, Quartu S. Elena

RICERCA SCIENTIFICA

ha presentato i lavori effettuati con il Laboratorio dello Sport CONI Sardegna ai convegni scientifici:

1)ECSS 2011, UK,Liverpool:

The Four Weeks Aqua Cycling Training for Triathletes Vs Detraining effects: study of the cardio metabolic Parameters - Collu G, Milia R, Fara A

2)IAFC –AEA 2011/2012 , Orlando, FL

The Four Weeks Aqua Cycling Training for Triathletes Vs Detraining effects: study of the cardio metabolic Parameters - Collu G, Milia R, Fara A

3)FIMS 2012, Roma, Italy :

Validation of a protocol of HIIT with the Hydrobike: Triathletes Vs Control Group
Collu G,Roberto S, Milia R, Migliaccio G, Pinna M, Crisafulli A.

4)ACSM 2014, Annual Congress, Orlando, Fl

The Effect of a 12 Weeks Randomized Controlled Trial of Vigorous Exercise on Motor Skills in a Group of Over65 People
Collu G, GM Migliaccio, Fois, SMelis, MSiccu, F.Todde,

Pubblicazioni:

- 1) G.Mura, F.Scansiani, GM Migliaccio, GCollu, MG Carta: “The association between different kinds of exercises and QoL in the long term. Results of a randomized controlled trial on elderly”, *Clinical Practics and Epidemiology in Mental Health*,2014, 10, 36-41
- 2) F.Todde, GM Migliaccio, Fois, SMelis, MSiccu, GCollu, FMelis” Effects of motor skills of elderly adults of 12.weeks randomized controlled trial of vigorous exercises” *Letters to the Editor, JGS, 2014*
- 3) MPau, B Leban, GCollu: G M Migliaccio “Effect of Light and Vigorous Physical Activity on Balance and Gait of Older Adults” *Arch Gerontol Geriatr.* 2014 Nov-Dec;59(3):568-73.
- 4) GM Migliaccio, SRoberto,JPadulo , GMulliri, MMarcelli,ALoi, GCollu, RMilia “ 8 Weeks of Detraining Effects on Methabolic Demands and Waist Hip Ratio in Elderly” Conference Paper ACSM 2014

INCARICHI PROFESSIONALI

- 1) Collaboratore SIT-FIN nazionale settore Fitness in acqua con compiti di docenza, revisione e aggiornamento programmi didattici per la formazione istruttori fitness in acqua e per le Competizioni amatoriali Fitness in acqua.

- 2) International Master Trainer Aquatic Exercise Association, Fitness in acqua, con compiti di docenza per la formazione istruttori in Italia e all'estero
- 3) International Master Trainer Hydridorider, grandi attrezzi acquatici, con compiti di revisore e aggiornamento programmi, docenza per la formazione istruttori in Italia e all'estero
- 4) Docente Regionale FIN corsi istruttori Nuoto
- 5) Collaboratore MSP Regione Sardegna settore Fitness con compiti di docenza e organizzazione aggiornamento e corsi per l'aggiornamento istruttori di fitness in palestra e in acqua.
- 6) Partecipa come docente in campo Regionale e Internazionale a differenti convegni su aree tematiche inerenti al Fitness tenuti da associazioni ed enti di promozione sportiva quali FIN, EAA, UISP, FIF, ACLI, AEA.
- 7) Collabora presso il Tennis Club Su Planu e presso l'Himalaya Sport Fun Club di Selargius (Ca) e presso il Centro Sportivo Blue Tribune, dove insegna nei corsi di fitness in acqua, hydrobike, acqua treadmill e di attività motorie in acqua e a secco per gestanti, senior e adulti e come Personal Trainer
- 8) Docente Regionale Corsi area motoria CONI Sardegna con incarichi per Progetti Area Motoria
- 9) Referente Regionale Formatore nel Progetto CONI "Centri CONI" e del progetto "A Chent'Annos In Salute"

SPECIALIZZAZIONI AREA MOTORIA-SPORTIVA

TECNICO

Allenatore Nuoto 1° livello FIN
Istruttore Giovani Calciatori F.I.G.C
Istruttore Aerobica e Step U.I.S.P-FGI-MSP-FIF
Istruttore di Aquafitness, FIN-AEA-EAA-FIF
Aquatic Personal Trainer" AEA
Personal Trainer ISSA

ATLETA

CAMPIONE SARDO categoria ragazzi , yunior, assoluti a.sportivi 1973-77 mt.200 farfalla
10° POSTO IN CLASSIFICA NAZIONALE CATEGORIA YUNIORES Mt 200 farfalla a.s 1976

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali."