

Nicoletta Carai



☎ +39 3500080878
 ✉ info@nicolettacarai.it
 🌐 www.nicolettacarai.it
 in Nicoletta Carai Osteopata

Nata il: 15/04/1991 a Viterbo (VT)
Nazionalità: Italiana
Residenza: Strada Sammartinese, 12/C – 01100 Viterbo (VT)
Professione:

- **Fisioterapista e Osteopata**
- **Istruttrice Fitness musicale e Pilates matwork e miofasciale**
- **Traduttrice italiano-spagnolo** nei corsi di formazione per fisioterapisti

ESPERIENZA PROFESSIONALE IN QUALITÀ DI FISIOTERAPISTA E OSTEOPATA

Settembre 2015 – Oggi	Libera professionista come fisioterapista-osteopata (VT)
Novembre 2014 – 2019	Studio di Terapia Prof. Vito Calamita (VT)
Ottobre 2015 – 2018	Società Sportiva Ants, Squadra femminile basket Serie A2
Ott 2015 - Feb 2016	Società Sportiva FAVL, Squadra di calcio 3° categoria (VT)
Feb 2015 - Gen 2016	Poliambulatorio Viterbo Medica (VT)
Ott 2014 - Gen 2015	Centro polispecialistico Visana (VT)
Luglio 2014 - Ottobre 2014	Casa di Cura "Villa Immacolata" Capranica (VT)

ESPERIENZA PROFESSIONALE IN QUALITÀ DI TRADUTTRICE E ASSISTENTE

2015 – Oggi	Traduttrice spagnolo-italiano nel master in fisioterapia sportiva con i fisioterapisti del Real Madrid PHISIOVIT
26-27-28 aprile 2019	Assistente e traduttrice al “ Cranio Mandibular Congress ” NEW MASTER
30 – 31 marzo 2019	Sistema visivo nelle disfunzioni posturali e stomatognatiche Ruolo di assistente - professoressa EMMEDUE GROUP FORMAZIONE

FORMAZIONE UNIVERSITARIA E POST-UNIVERSITARIA

09 gennaio 2021	Workshop diastasi Bmom
03 gennaio 2021	Pnei, epigenetica e nutrizione Scuola di nutrizione sinergica (30 crediti ECM)
Settembre-dicembre 2020	Microbioma umano, fisiopatologia e approcci terapeutici Scuola microbioma di formazione permanente (50 crediti ECM)
5-6-7 Luglio 2020	Corso di alimentazione applicata in fisioterapia ostetrico-Ginecologica UCLM Universidad de Castilla La Mancha
2014 – 2020	ESCUELA OSTEOPATICA DE MADRID (EOM) 172 crediti ECM
9 - 10 novembre 2018	Riabilitazione delle disfunzioni ATM - Avanzato NEWMASTER
9 - 10 giugno 2018	Riabilitazione delle disfunzioni ATM – Base NEWMASTER
Maggio -Dicembre 2016	MASTER IN FISIOTERAPIA SPORTIVA (Phisiovit) 50 Crediti ECM
18 Giugno 2016	MASTER UNIVERSITARIO di primo livello in: OSTEOPATIA NELLE DISFUNZIONI NEUROMUSCOLOSCELETRICHE Università degli Studi di Verona
Luglio - Ottobre 2015	RIEDUCAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO (20 ore) Scuola FISIOITOP Roma
Luglio - Ottobre 2015	LINFODRENAGGIO RIABILITATIVO (20 ore) Scuola FISIOITOP Roma
Luglio - Ottobre 2015	BENDAGGIO FUNZIONALE (20 ore) Scuola FISIOITOP Roma
24 - 25 giugno 2015	SPORT INJURIES: CLINICAL CASES Roma 21 Crediti ECM
6 Novembre 2013	DIPLOMA DI LAUREA IN FISIOTERAPIA (110/110 con lode) Università Cattolica del Sacro Cuore Facoltà di Medicina e Chirurgia, presso la Casa di Cura “Villa Immacolata” (VT)
2 - 3 marzo 2013	KINESIOLOGY TAPING Association certificate K-Active Taping
2012 - 2013	Esperienza Erasmus (7 mesi), presso Universidad Catolica De Valencia (ES)

FORMAZIONE FITNESS

23-24 gennaio 2021	BODYWEIGHT Functional Training School
Maggio - luglio 2020	FUNCTIONAL STEP I E II LIVELLO Crea Fitness
4 – 26 luglio 2020	FITNESS MUSICALE (4 weekend di aggiornamento) Crea Fitness
27giugno -12 luglio 2020	PILATES MATWORK MIOFASCIALE I - II LIVELLO Fitness Training school
21 giugno 2020	F.R.E.E FLOW - MOVIMENTO FLUIDO Fitness Training school
23-24 maggio 2020	MASTER ONLINE IN PAVIMENTO PELVICO Fitness Training school
25 aprile 2020	WORKSHOP GAMBE E GLUTEI Crea Fitness
11 aprile 2020	FIT MOVING Fit moving
2-3 novembre 2019	METABOLIC TRAINING PROGRAM GLP academy
Ottobre 2018	PILATES MATWORK Non solo Fitness
2009	TOTALBODY Alto Impatto

ESPERIENZA PROFESSIONALE IN QUALITÀ DI ISTRUTTRICE FITNESS

2019 – Oggi	Gcube Wellness Resort Pilates e Functional step
2019 – Oggi	2Tobe Pilates
2011 – 2019	Top Center Viterbo (VT) Pilates, Total body/G.A.G
2016 – 2017	Invictus gym Vetralla (VT) Total body
2013 – 2014	Gymnica Viterbo (VT) <i>Sostituzioni</i> Total body
2012 – 2013	Forma e Sport Valencia (SPAGNA) <i>Sostituzioni</i> Total body

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre

Italiano

Altre lingue

	LETTURA	SCRITTURA	ESPRESSIONE ORALE
Inglese	B1	B1	B1
Spagnolo	C1	C1	C1

Livelli: A1/A2 (Livello base); A2+; B1/B2 (Livello intermedio); B2+; C1/C2 (Livello avanzato)

22-08-2015

Diploma Dele livello B2

2015- Oggi

Traduttrice Spagnolo - Italiano nei corsi "Phisiovit" di fisioterapia sportiva tenuti dai fisioterapisti del Real Madrid

2012 - 2013

Esperienza Erasmus (7 mesi), presso **Universidad Catolica De Valencia** (ES)