



Dott.ssa SILVIA TOZZI

chinesiologia | posturologia

mt-sviluppo@lostudioesse.com

+39 3471963794

TITOLI ACCADEMICI E CERTIFICAZIONI PROFESSIONALI

- 2023 **Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle attività Motorie Preventive e Adattate**
Università San Raffaele - Roma
- 2023 **Hypopressive RSF** (Riprogrammazione Sistemica Funzionale) level 1 e 2 | nuovi protocolli
- 2022 Animal Flow Official lev 1 corso formazione praticante
- 2020 **Ginnastica Addominale Hipopressiva (GAH) level 1 e 2 -**
Firenze (nuovi protocolli)
- 2019 Hipopressive Xperience - Lloret de Mar, Girona (Spagna)
- 2018 **Hypopressive RSF (Riprogrammazione Sistemica Funzionale) level 2 -** Firenze
- 2018 **Hypopressive RSF (Riprogrammazione Sistemica Funzionale) level 1 -** Firenze
- 2016 **Pilates Barre - Polestar Pilates -** Roma
- 2016 **Gyrokinesis® Level 2 -** Münstertal (Germania)

- 2015 **Gyrokinesis® level 1** - Firenze
- 2014 **Gyrotonic Expansion System®** - level 2 part b -Firenze
- 2013 **Gyrotonic Expansion System®** - level 2 part a - Firenze
- 2012 **Ginnastica Addominale Hipopressiva (GAH)** level 1 e 2 - Firenze
- 2012 **Hypopressive RSF (Reprocessing Soft Fitness)** level 1 e 2 - Firenze
- 2011 **BASI Pilates** - Matwork - Prato
- 2010 **Ginnastica Pre- e Post- Partum.** Esercizi per il perineo - Edi Ermes - Milano
- 2010 Gyrotonic Pre- e Post-Partum - Roma
- 2010 *Med-ex - Il personal trainer e il paziente operato di interventi di chirurgia plastica* - Roma
- 2009 Applications of the GXS for the pelvic girdle and lumbar spine - Roma
- 2009 **Covatech Pilates certified Teacher (Comprehensive Course)** - Milano
- 2009 Core Integration - metodo Feldenkrais - Castrocaro
- 2008 **Master 1° livello in Posturologia - Facoltà di Medicina e Chirurgia Università degli studi di Firenze**
Votazione 110/110
titolo tesi - Approccio della tecnica Gyrotonic Expansion System® alla rieducazione posturale
- 2008 **Micheal King's Pilates - Pilates Institute of London** - Clienti speciali (gravidanza e anziani) - Firenze
- 2008 **Micheal King's Pilates Matwork - Pilates Institute of London** - Firenze
- 2008 **Gyrotonic Expansion System® - level 1 Final Certification** - Roma

- 2007 Bosu - Integrated Balance Training - level 1 - Pontassieve (Firenze)
- 2005 **Masters FIF:**
 Allenamento per le donne - Firenze
 Cellulite - Firenze
 Stretching PNF - Prato
- 2003 Masters FIF:
 Coreografia nella ginnastica aerobica - Ravenna
 Step ad alta intensità - Ravenna
- 2002 **Laurea in Scienze Motorie - Facoltà di Medicina e Chirurgia Università degli Studi di Firenze**
 votazione 110/110 con lode
 titolo tesi - Cocktail di farmaci anoressizzanti: uno studio in un centro fitness di Firenze
- 2002 Master FIF - Step Choreography - Ravenna
- 2001 Diploma FIF - Istruttore Aerobica 1 livello - Roma
 Diploma FIF - **Personal Trainer** - Firenze
- 2000 Diploma FIF - Power Pump - Ravenna
 Master FIF - GAG - Ravenna
 Master FIF - Power Stretching - Ravenna
- 1998/2000 **First Certificate in English** | British Institute of Florence
- 1997 Nike - Total Sport Conditioning - Prato
- 1996 **Master di specializzazione in Management dello Sport - ISEF Firenze**
 Master Technogym:
 Body Building - Prato
 Cardio-fitness - Prato
 Rieducazione - Prato
 Gestione manageriale del Club - Bologna

1991/
1995 **Diploma ISEF - Firenze**
votazione 110/110 con lode
titolo tesi - Il linguaggio del corpo nella danza contemporanea

ESPERIENZE PROFESSIONALI

2023/2024 Apertura seconda sede **LOSTUDIOESSE | Atelier del Movimento** in Manifattura Tabacchi
Direzione tecnica, didattica, sviluppo e comunicazione delle due strutture:
Atelier degli Artisti | Atelier Manifattura Tabacchi

2007/2024 **Docente a contratto Università degli Studi di Firenze:**

- Assistente Sport Individuali
- ADE Fitness e Benessere
- ADE Interventi alternativi basati sull'Esercizio Fisico

2012/2024 **Fondatrice, Direttrice e insegnante de LOSTUDIOESSE di Silvia Tozzi**
Atelier del Movimento | studio Chinesiologia e Posturologia
Selezione e formazione del Team di chinesiologi

2007/2008 Centro Fitness BODY'S GYM Firenze
Responsabile Tecnica | insegnante discipline musicali

2005/2012 Personal Trainer Fitness e Wellness (Pilates Gyrotonic)

1996/2005 Centro Fitness ZODIAC - Tavarnuzze Firenze
Direttrice Tecnica e titolare | insegnante discipline musicali, sala attrezzi e Personal Trainer

1993/1995 Palestra Nordical Firenze
Insegnante aerobica, step, corpo libero

- 1993/1996 Coreografa Lisfer Vacanze, Pegaso, Franco Rosso in Italia e all'estero
- 1987/1995 Polisportiva Valle del Mugnone | Asd Campo Marte - Fi
Insegnante Lev 2 e Giudice di gara Ginnastica Ritmica FGI
- 1987/1992 Palestra Sport Time Firenze
Insegnante aerobica, step, corpo libero