

Ludovica Montesi

ESPERIENZA LAVORATIVA

01/06/2019 – 01/09/2019 Marche/Emilia Romagna , Italia

HOSTESS/PROMOTER

31/08/2014 – 26/06/2016 Monza, Italia

GIOCATRICE DI PALLAVOLO SERIE A2 VERO VOLLEY MONZA

15/01/2017 – 26/06/2017 Trento, Italia

GIOCATRICE DI PALLAVOLO SERIE A2 DELTA INFORMATICA TRENTO

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

15/09/2017 – 02/07/2020 Urbino, Italia

LAUREA TRIENNALE IN SCIENZE MOTORIE, SPORTIVE E DELLA SALUTE Università degli studi di Urbino Carlo Bo' **Indirizzo** Urbino, Italia **Voto finale** 110 **Tesi** Preparazione atletica e allenamento in acqua negli sport di squadra

15/09/2020 – 11/07/2022 Urbino, Italia

LAUREA MAGISTRALE IN SCIENZE MOTORIE PER LA PREVENZIONE E LA SALUTE Università degli studi di Urbino Carlo Bo' **Indirizzo** Urbino, Italia **Voto finale** 110 con lode **Tesi** Quantitative and qualitative analysis of multimodal therapy in Parkinson's disease with inertial device

15/09/2019 – 21/12/2019 Olomouc, Cechia

ERASMUS+ Palacký University Olomouc **Indirizzo** Olomouc, Cechia

04/01/2021 – 07/05/2021 Warrensburg , Stati Uniti

ISEP University of Central Missouri **Indirizzo** Warrensburg , Stati Uniti

07/09/2021 – 28/03/2022 Murcia, Spagna

ERASMUS+ Universidad de Murcia **Indirizzo** Murcia, Spagna

01/11/2022 – ATTUALE

PHD Università degli studi di Urbino Carlo Bo'

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: **ITALIANO**

Altre lingue:

COMPRESIONE ESPRESSIONE ORALE SCRITTURA

Ascolto- Lettura- Produzione orale-Interazione orale

INGLESE	C1	C1	B2	C1
----------------	----	----	----	----

SPAGNOLO B1 B1 B1 B1

Livelli: A1 e A2: Livello elementare B1 e B2: Livello intermedio C1 e C2: Livello avanzato

ULTERIORI INFORMAZIONI

CONFERENZE E SEMINARI

Coni Scuola dello sport: La prescrizione dell'esercizio fisico-sportivo Webinar della durata di 4 ore organizzato dal Coni Scuola dello sport

Le prospettive di lavoro per il laureato in scienze motorie presso i servizi residenziali per anziani
Se minario organizzato dall'Università di Urbino

Invecchiamento della popolazione e salute dell'anziano Seminario organizzato dall'Università di Urbino

COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Time management Capacità di organizzare la giornata in maniera rigorosa per portare a termine il lavoro prestabilito. Anni di pallavolo ad alto livello durante gli studi superiori mi hanno insegnato a sfruttare il poco tempo che avevo a disposizione. Inoltre, ho conseguito le due lauree universitarie nei tempi prestabiliti svolgendo esami in Italia e in altri paesi.

COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI

Collaborating and working well together with others Gioco di squadra, collaborazione e supporto reciproco per raggiungere obiettivi. Competenze acquisite grazie al mondo della pallavolo.

Clear communication skills Public Speaking in inglese, italiano e spagnolo. Corso di un semestre di Communicating ideas on sports. Comunicazione di idee e pensieri con connazionali e non durante periodi di mobilità internazionale.

VOLONTARIATO

Buddy programma Erasmus+ Attività di sostegno studenti stranieri in arrivo presso L'Università di Urbino

JOB-RELATED SKILLS

Uso di sistemi inerziali

Durante periodo di mobilità presso Murcia sono stati usati accelerometri per valutare un programma di allenamento.

Systematic Review

Revisione sistematica di articoli in diverse piattaforme scientifiche fra cui Pubmed, Web of Science, Scopus. Capacità di usare i mezzi informatici per creare una analisi dettagliata dell'argomento proposto.

Creazione di protocolli di allenamenti specifici per la malattia di Parkinson

Durante periodo di circa 2 mesi ho frequentato un centro specializzato nella gestione delle persone con Parkinson. Ho appreso i differenti tipi di allenamento e le difficoltà che si possono incontrare.

Redazione di articoli scientifici

Redazione di articoli scientifici dalla ideazione del disegno sperimentale alla scrittura dello stesso.

Capacità di selezionare riviste scientifiche valide in base al JCR e al Q

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".