

Biografia Elisabetta Castagnino

Nata il 3/5/1970 a Lavagna

Ho praticato a livello agonistico nuoto, e ho proseguito con l'attività master sia in piscina che in acque libere.

Drogata di cloro, nonostante gli studi classici, ho deciso di interrompere l'università per lavorare a tempo pieno in piscina.

Ho conseguito i brevetti d'istruttore nuoto, istruttore pallanuoto, istruttore specialistico di acqua fitness, di giudice delle competizioni di acqua fitness e allenatore acqua fitness. Sono allenatore di nuoto secondo livello e assistente bagnanti e coordinatore scuola nuoto, tutti questi brevetti sono stati conseguiti con la FIN.

Nel contempo ho approfondito la materia con EAA conseguendo i brevetti di istruttore acqua fitness, coordinatore acqua fitness e i corsi monotematici di Acqua bike, treadmill, step sistem, acqua jump, circuito piccoli e grandi attrezzi, e rieducazione funzionale in acqua. Il protocollo acqua contrology e svariate partecipazioni a manifestazioni.

Sono in possesso della "certificazione americana" con AEA.

Sono certificata a terra con il metodo WBS.

Ho seguito corsi terrestri con ELAV.

Ho lavorato 10 anni in piscina a Lavagna, altri 7 a Sestri Levante, e da 6 anni ad ora sono alle "piscine di Albaro" a Genova, in tutti questi impianti ho svolto i molteplici ruoli di responsabile tecnico, istruttore e allenatore.

Attualmente alleno la squadra agonistica, cat esordienti A, per la società "Nuotatori Genovesi", dove svolgo anche attività di istruttore di acqua fitness e terrestre con il metodo WBS.

Sono sempre giudice ai criterium Fin.

E per EAA ho svolto fino allo scorso anno il ruolo di technical advisor

L'acqua mi piace in tutte le sue forme e il mio principale hobby è lo snowboard

Altra grande passione è il trekking.

Ho quasi 50 anni ma ho sempre l'entusiasmo dei 18 e le mie due figlie mi aiutano a conservarlo.

