



ANDREA SANNA

PERSONAL TRAINER E BIOLOGO

Personal trainer e Biologo Nutrizionista, laureato in Scienze Motorie e Nutrizione Umana. Esperienza pluriennale in ambito fitness e rieducazione funzionale. Specializzato nella creazione di programmi di allenamento personalizzati e nella conduzione di lezioni individuali e di gruppo.

CONTATTI



331 391 5341



andreasanna201@gmail.com



Via Ca' dei Lazzarini,
Vignola. 41058

COMPETENZE

- Allenamento funzionale e personal training
- Istruttore Pilates Matwork e Reformer
- Programmazione e adattamento dell'allenamento
- Ottime capacità relazionali e di comunicazione

LINGUE

Madrelingua: Italiana

ALTRA LINGUA

Inglese - Livello B1

(conseguito con l'Università di Bologna)

ESPERIENZA PROFESSIONALE

• Set 2023 – oggi | David Lloyd Clubs Modena

Personal trainer e istruttore corsi. Allenamenti 1to1, in coppia e di gruppo. Programmazione personalizzata in sala pesi.

• Set 2024 – Feb 2025 | 21 LAB – Vignola (MO)

Coach e personal trainer. Gestione classi di gruppo e allenamenti individuali.

• Mag 2023 – Apr 2024 | Terme della Salvarola

Istruttore sala pesi e personal trainer. Lezioni di riequilibrio funzionale e workout in acqua e a secco.

• Dic 2021 – Set 2023 | MèV Lab – Modena

Personal trainer certificato metodo MèV Training. Allenamenti 1to1, di coppia e in gruppo.

• Set 2021 – Mag 2023 | Polisportiva Saliceta San Giuliano – Modena

Istruttore di workout funzionali full body (Tabata, Amrap, Emom).

• Set 2020 – oggi | Palestra Athena – Modena

Istruttore sala pesi, ginnastica dolce e correttiva. Creazione di protocolli di lavoro individualizzati.

EDUCAZIONE

- **2025** | Abilitazione alla professione di Biologo - *Università di Parma*

- **2023** | Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana - *Università San Raffaele – Roma* | Voto: 105/110

- **2020** | Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata - *Università di Bologna – Campus di Rimini* | Voto: 108/110

- **2018** | Laurea Triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive - *Università di Bologna* | Voto: 108/110

- **2015** | Diploma di Maturità Scientifica - *Liceo Scientifico Wiligelmo, Modena*