

Curriculum Vitae



Micaela Stecca

ESPERIENZA PROFESSIONALE

oggi	Formatrice, Fitness Specialist, Coach Strategica
2025	Narratrice e Coordinatrice della prima giornata del 26° Congresso Il ForumClub 2025,
2024	Focus Group Coach per il "ForumClub 2024" di Editrice Il Campo 2023 e Round Tables Coach Online "ForumClub 2024"
2022 ad oggi	Relatrice congressuale (ForumClub 2022, 2023, 2024 e Riminiwellnes 2023), moderatrice
2022 ad oggi	Docente Coaching Strategico freelance per la scuola Nardone & Partners, Formatrice e Consulente in Public Speaking (Consulente freelance per Centro Ligure per la Produttività) e Relatrice
2021 ad oggi	Coach Strategica
Settembre 2018 ad oggi	Consulente e Formatrice in ambito Strategie di Comunicazione Efficace. Fitness Specialist
Dicembre 2018 ad oggi	Esperta Scuola dello Sport, CONI Liguria (docenze online e in presenza)
Maggio 2018 ad oggi	Docente Nazionale CSI e Docente CSI Liguria
2010/Agosto 2018	Coordinatrice Trainer - Settore Tecnico presso Palagym Assarotti, Genova Riferimento per la Formazione Tecnica della Rete Palagym, Genova
2010/1994	Istruttrice Fitness, Personal Pilates Trainer, Commerciale presso rinomati Centri Fitness/Sportivi a Genova e Centri Benessere
1993	Animatrice specializzata in Attività Sport & Fitness per Costa Crociere

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2023	Coach Strategico, Livello TOP-Coach, Business Coaching Strategico - Nardone&Partners
2020	Coach Strategico, Nardone&Partners
2019	Licensed NLP Advanced Master Practitioner, EKIS. PNL a livello avanzato. Docenti Richard Bandler, co-inventore della PNL, e i suoi collaboratori
2019	"Tecnica e Cuore" Public Speaking con Liguriattori Professional Coaching

2017	Licensed NLP Master Practitioner Percorso Completo in tre Livelli di Programmazione Neuro - Linguistica PNL Basi, Practitioner PNL, Master Practitioner PNL presso Extraordinary, Milano, Scuola riconosciuta da Richard Bandler
2017	Le basi del Coaching "Il Coaching secondo Claudio Belotti", presso Extraordinary, Milano
2010	Corso DWD con Tony Robbins, Palm Springs, California (motivazione, leadership, crescita personale)
2009	Corso UPW con Tony Robbins, Roma (motivazione, leadership, crescita personale)
2007	Corso di Perfezionamento per Istruttore Sportivo/Fitness presso Università di Genova
1994/2016	<i>Formazione Tecnica Fitness</i> presso Federazioni e Grandi Marchi del Settore in tutta Italia quali FIF, FIA, Nike, Cruisin', FBI, con Certificazioni in svariate discipline (Pilates, Rootape, Total Body, Step, MET Conditioning, Total Sport, Total Dance, Hip Hop, Zero Conditioning, Pump, ecc) Presenza costante a Workshop e Fiere di Settore <i>Formazione su Comunicazione, Team Management, Leadership e Vendita</i> tramite Corsi, Workshop, Forum e Fiere di Settore
1993	Corso Post-Diploma per Interprete e Traduttore presso IAL Liguria, Corso Finanziato dalla CEE
1990	Maturità Scientifica

COMPETENZE PERSONALI

Lingua Madre Italiano

Competenze Altre Lingue Inglese

Autovalutazione				
COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
ASCOLTO	LETTURA	INTERAZIONE	PRODUZIONE ORALE	
C1	C1	C1	C1	C1

Livelli: A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato

[Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue](#)

Competenze Comunicative Ho coltivato ottime competenze comunicative grazie alla formazione specifica, rafforzate poi dalle esperienze lavorative a contatto con il pubblico. Mi formo costantemente, seguo come co-docente in affiancamento online Chiara Nardone N&P, figura di massimo rilievo nella Scuola Strategica (Comunicazione strategica, Public Speaking, Coaching strategico)

Competenze Organizzative e Gestionali

Possiedo ottime competenze organizzative e gestionali. Creo abitualmente strutture per i miei interventi di formazione, pianifico e declino i percorsi in base alla platea di allievi e al loro settore di appartenenza. Opero come consulente per realtà sportive che richiedono la mia supervisione nella pianificazione del palinsesto attività e

gestione risorse. Forte l'esperienza in passato nella gestione di una squadra di circa trenta istruttori di fitness

Competenze Professionali

Oltre a quelle elencate, ho sviluppato altre competenze in ambito controllo qualità (verificando sul campo la qualità del lavoro degli istruttori che gestivo), accoglienza,

Autovalutazione				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
intermedio	avanzato	intermedio	intermedio	intermedio

vendita, problem solving, pianificazione

Competenze Digitali

Livelli: Utente base - Utente intermedio - Utente avanzato
[Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione](#)

Patente di Guida

B

Ulteriori Informazioni

Coach associata AICP (club Liguria).

Relatrice presso il Convegno "Il ForumClub" 2022, 2023, 2024 presso Centro Congressuale, Bologna.

Relatrice presso il Convegno "Le Conferenze del Benessere" 2023, presso il Festival del Fitness, RiminiWellness

Pubblicazioni

"Digital Fitness Connection" videocorso, edito con Editrice Il Campo, Bologna

Svariati articoli sulla Comunicazione Efficace sulla rivista "Il Nuovo Club"

Esperienze Sportive

Ho praticato danza e Kung Fu per diversi anni, corsa e kayak in mare a livello amatoriale, sebbene abbia partecipato anche ad una gara per dilettanti.

Ho partecipato ad una gara in ambito fitness, "Saranno Presenter", classificandomi tra i primi dieci istruttori in Italia. In seguito, presenter Gatorade sui palchi RiminiWellness

Hobby

Leggo e mi formo costantemente, poiché vivo la crescita come uno stimolo importante per il mio sviluppo personale. Pratico Fitness.

Mission

Attraverso il mio operato, trasferisco strumenti concreti e un metodo pratico e replicabile ai miei clienti, per supportarli nella trasformazione della loro comunicazione intra e interpersonale. Comunicare efficacemente significa vita di qualità.