



## Curriculum vitae Europass

### Informații personale

Nume / Prenume **Kalman Klára**  
Adresă(e)  
Telefon(oane)  
E-mail(uri)  
Naționalitate(-tăți)  
Data nașterii  
Sex

Mobil:

### Domeniul ocupațional Experiența profesională

**Kinetoterapeut / Asistent universitar asociat / Instructor sportiv**

Perioada **Octombrie 2017 – septembrie 2018**  
**Octombrie 2016 – septembrie 2017**  
**Octombrie 2015 – septembrie 2016**  
**Octombrie 2014 – septembrie 2015**

Funcția sau postul ocupat Asistent universitar asociat doctorand

Activități și responsabilități principale Ținerea lucrărilor practice la materia „Kinetoterapie în geriatrie și gerontologie”, „Kinetoprofilaxie”, „Stagiu practic în centre de asistențe sociale”, „Stagiu practic în centre speciale de educație”, „Stagiu de practică în mediu montan”, ținerea orelor de kinetoterapie, educație fizică adaptată pentru alte facultăți.

Numele și adresa angajatorului Universitatea din Oradea, Facultatea de Geografie, Turism și Sport, Departamentul de Educație Fizică și Kinetoterapie

Perioada Luna **octombrie 2013 – 2018**

Funcția sau postul ocupat Secretara Asociației Profesionale ale Kinetoterapeuților din Transilvania (APKT)

Perioada Luna **noiembrie 2013 – 2018**  
Funcția sau postul ocupat Instructor sportiv  
Activități și responsabilități principale Ținerea orelor de pilates, fitball, step-aerobic. Antrenor personal.  
Numele și adresa angajatorului Fit4U Fitness Center, Bolba Ioana-Maria Intreprindere Individuala, adresa: Oradea, str. Roman Ciorogariu nr.38, ap.6

Perioada Luna **ianuarie 2013 – februarie 2014**  
Funcția sau postul ocupat Instructor sportiv  
Activități și responsabilități principale Ținerea orelor de aerobic, pilates, zumba și gimnastică medicală.  
Numele și adresa angajatorului Universitatea Creștină Partium din Oradea, Organizația Studenților

Perioada Luna **aprilie-iulie 2013**  
Funcția sau postul ocupat Instructor sportiv  
Activități și responsabilități principale Ținerea orelor de aerobic, fitball, pilates, rebound, zumba.  
Numele și adresa angajatorului Marin Ion, adresa: Oradea, Județul Bihor, str. Spiru Haret nr1, ap.12; S.C. 5\*5 FOTBAL SRL (Centru Fitness Gym Mar Strong)

Perioada **mai 2011-august 2012**  
Funcția sau postul ocupat Instructor sportiv  
Activități și responsabilități principale Ținerea orelor de aerobic, fitball, pilates, tone up, flexibar, gliding disc ; oră de mișcare pentru copii, aerobic pentru copii.  
Numele și adresa angajatorului Lăzuran Elena Teodora, adresa: Oradea, Județul Bihor, str. Atelierelor nr15, Bl.ZP8, ap.8; S.C. ARS NOVA SRL (Centru Fitness Ars Nova)

## Educație și formare

Perioada **2013 – până în prezent**, studentă doctorandă la Școala Doctorală Educație Fizică și Sport, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj-Napoca.  
Specializare: Știința Sportului și Educației Fizice

Perioada **2015-2016**  
Calificarea / diploma obținută **Obținerea diplomei de licență**  
Domeniul: Educație fizică și sport  
Specializarea: Educație fizică și sportivă  
Media de promovare a anilor de studii: 9,66  
Nota examenului de licență: 10

Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare Universitatea din Oradea – Facultatea de Geografie, Turism și Sport

Perioada	<b>2011-2013</b>
Calificarea / diploma obținută	<b>Studii universitare de masterat, obținerea diplomei de disertație</b> Domeniul: Educație fizică și sport Specializare: Kinetoterapie în reeducare funcțională Media de promovare a anilor de studii: 9,86 Nota examenului de disertație: 10
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	În aceeași perioadă am frecventat cursurile Departamentului pentru Pregătirea și Perfecționarea Personalului Didactic, obținând Certificatul de absolvire, Nivel II. Universitatea din Oradea – Facultatea de Geografie, Turism și Sport, Specializare: Kinetoterapie în reeducare funcțională Universitatea din Oradea – Departamentul pentru Pregătirea și Perfecționarea Personalului Didactic
Perioada	<b>2008-2011</b>
Calificarea / diploma obținută	<b>Obținerea diplomei de licență</b> Specializare: Kinetoterapie și motricitate specială Media de promovare a anilor de studii: 9,74 Nota examenului de licență: 10
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	În aceeași perioadă am frecventat cursurile Departamentului pentru Pregătirea și Perfecționarea Personalului Didactic, obținând Certificatul de absolvire, Nivel I. Universitatea din Oradea – Facultatea de Educație Fizică și Sport, Specializare Kinetoterapie și motricitate specială Universitatea din Oradea – Departamentul pentru Pregătirea și Perfecționarea Personalului Didactic
Perioada	<b>2004-2008</b>
Calificarea / diploma obținută	<b>Obținerea diplomei de bacalaureat</b> Media de promovare a anilor de studii: 9,80 Media generală la examenul de bacalaureat: 9,40
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Liceul Teoretic „Marton Aron” din Miercurea Ciuc Profil: științe sociale
Perioada	<b>25-26 mai 2019</b>
	Certificat de participare la cursul de formare de instructor Pilates: „ <b>Mat 3 - Enhanced Mat and Props</b> ”, organizat de Balanced Body din SUA, la Graceline Pilates Method Studio, Miercurea-Ciuc, Master trainer: Berszan-Markos Reka
Perioada	<b>2-4 martie 2018</b>
	Certificat de participare la cursul de formare de instructor Pilates: „ <b>Reformer 1</b> ”, organizat de Balanced Body din SUA, la Graceline Pilates Method Studio, Miercurea-Ciuc, Master trainer: Berszan-Markos Reka

Perioada	<p><b>10-12 noiembrie 2017</b></p> <p>Certificat de participare la cursul de formare de instructor Pilates: „<b>Mat 1 and movement principles instructor training</b>”, organizat de Balanced Body din SUA, la Graceline Pilates Method Studio, Miercurea-Ciuc, Master trainer: Berszan-Markos Reka</p>
Perioada	<p><b>15-16 octombrie 2016</b></p> <p>Am participat la cursul <b>Terapia punctelor trigger – Dry needling – Modul I începători</b>, organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formatori Ciprian Gospodin si Adrian Dumitrache, România</p>
Perioada	<p><b>2 – 3 aprilie 2016</b></p> <p>Am participat la cursul <b>Fizioterapia în patologia membrului superior. Aplicații terapeutice – umăr</b>, organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator kt.dr. Stanca Daniela, România</p>
Perioada	<p><b>1 – 4 octombrie 2015</b></p> <p>Am participat la cursul de <b>Drenaj limfatic și tehnici complexe de drenare</b>, organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: conf.univ.dr.med. Raveica Gabriela, România</p>
Perioada	<p><b>25 – 26 Aprilie 2015</b></p> <p>Am participat la cursul de <b>Reeducarea echilibrului în sindroame vestibulare</b>, organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: Kt. Ramona Pavel, Franța</p>
Perioada	<p><b>28 – 29 Martie 2015</b></p> <p>Am participat la cursul de <b>Radiologie spinală pentru kinetoterapeuți – craniu și coloana vertebrală</b>, organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: Filep Rareș, România</p>
Perioada	<p><b>6-7 decembrie 2014</b></p> <p>Am participat la cursul de <b>Introducere în patologia radio-imagistică musculoscheletală a membrilor</b>, organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: Filep Rareș, România</p>
Perioada	<p><b>11-15 septembrie 2014</b></p> <p>Certificat de participare a programului de educație profesională continuă (40h) intitulat: „<b>Curs introductiv de 1 săptămână în terapia NDT/Bobath, a copilului cu paralizie cerebrală</b>”. Organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: Joan Day Mohr, SUA</p>

Perioada	<b>31 mai – 1 iunie 2014</b> Certificat de absolvire a programului de educație profesională continuă (20h) intitulat: „ <b>Reîntoarcere la antrenamentul sportiv. Programarea recuperării forței și managementul unui traumatism sportiv.</b> ” Organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: Javier Linde Cot, Spania.
Perioada	<b>17-18 mai 2014</b> Am participat la cursul de <b>Beauty – masaj de drenaj limfatic și miofascial</b> , organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: Francesco Maria Callarco, Italia.
Perioada	<b>26-27 aprilie 2014</b> Am participat la cursul de <b>Kinesiotaping Beauty – aplicații taping pentru drenaj limfatic</b> , organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: Francesco Maria Callarco, Italia.
Perioada	<b>15-16 și 22-23 martie 2014</b> Am participat la cursul de <b>Kinesiotaping Basic și Kinesiotaping Advanced</b> , organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: Francesco Maria Callarco, Italia.
Perioada	<b>3-4 martie 2014</b> Am participat la cursul de <b>Masaj Sportiv</b> , organizat de Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania și Federația Română a Asociațiilor de Fizioterapie, la Oradea, formator: Francesco Maria Callarco, Italia.
Perioada	<b>19 – 20 octombrie 2013</b> Certificat de absolvire a programului de educație continuă <b>Posturologie</b> , cu durata de 18 ore, organizat de către Asociația Profesională a Kinetoterapeuților din Transilvania. Formator: Alin Burileanu, terapeut Reeducare Posturală Globală.
Perioada	<b>2013</b> În cadrul organizării conferinței internaționale: „Physical education and sports in the benefit of health” am participat la următoarele <b>workshopuri</b> : Workshop: „Craniosacral Upledger Therapy” – 24.05.2013 Workshop: „Facilitation techniques in motor development milestones” – 24.05.2013 Workshop: Model of functional motor education after „Zoli model in functional motor behavior” – 25.05.2013 Workshop: „Posturology” – 25.05.2013
Perioada	<b>12.03.2012 – 30.06.2012</b>

Calificarea / diploma obținută	<b>Certificat de voluntariat</b> Am desfășurat activitate de voluntariat la Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Bihor, la Centrul de recuperare pentru copii cu dizabilități Oradea, activități de kinetoterapie cu copiii. (Program de lucru: luni, miercuri și vineri 4 ore).
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Bihor
Perioada	<b>2012</b> În cadrul organizării conferinței internaționale: „Physical education and sports in the benefit of health” am participat la următoarele <b>workshopuri</b> : Workshop: „Knee injury prevention on sports” – 25.05.2012 Workshop: „Return to play. How to manage during and after an injury” – 25.05.2012 Workshop: „Some games (physical activities) for people with heart diseases” – 25.05.2012 Workshop: „Principles of assessment and treatment in children with cerebral palsy after NDT Bobath Concept” – 26.05.2012 Workshop: „Ancient arts applied in modern therapies” – 26.05.2012
Perioada	<b>10.09.2012 - 10.12.2012 (3 luni)</b>
Calificarea / diploma obținută	<b>Europass Mobility Document, Transcript of Work, Opinie profesională</b>  Am beneficiat de un plasament Erasmus timp de 3 luni în Ungaria, la Nyiregyhaza. Aici am efectuat practică în spital (am lucrat în special în ortotraumatologie – ținerea orelor de kinetoterapie), am ținut ore de kinetoterapie în școli, am participat și am asistat la ore de înot terapeutic.
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	College of Nyiregyhaza
Perioada	<b>ianuarie – iunie 2011</b>
Calificarea / diploma obținută	<b>Certificat de voluntariat</b> Am efectuat stagiu clinic de voluntariat de kinetoterapie specifică afecțiunilor geriatrice la Căminul de bătrâni „Sf. Martin” din Oradea.
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Asociația Catolică Caritas Oradea, Căminul „Sf. Martin” Oradea
Perioada	<b>2011</b> În cadrul organizării conferinței internaționale: „Physical education and sports in the benefit of health” am participat la următoarele <b>workshopuri</b> : Workshop: „Injury prevention on the overhead athlete” – 03.06.2011 Workshop: „Treatment of the shoulder in the overhead athlete injuries” – 03.06.2011 Workshop: „Health through movement – Ancient Art” – 03.06.2011 Workshop: „Functional rehabilitation of hemiparetic patients” – 04.06.2011 Workshop: „Physical therapeutic behavior in vertebral statics disorders” – 04.06.2011
Perioada	<b>15.02.2010 - 01.06.2010</b>

Calificarea / diploma obținută

## Learning Agreement

Am beneficiat de o bursă Erasmus timp de 4,5 luni în Portugalia, la Coimbra.  
Am avut posibilitatea de a cunoaște o altă cultură, de a face prieteni din diferite părți ale lumii, de a învăța limba portugheză, de a vedea sistemul de educație din Europa vest și multe altele.

Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare

University of Coimbra

## Aptitudini și competențe personale

Limba(i) maternă(e)

Limba(i) străină(e) cunoscută(e)

Autoevaluare

Nivel european (\*)

**Limba română**

**Limba engleză**

**Limba portugheză**

**Limba germană**

## Maghiară

Înțelegere				Vorbire				Sciere	
Ascultare		Citire		Participare la conversație		Discurs oral		Exprimare scrisă	
C2	Nivel Stăpânire	C2	Nivel Stăpânire	C1	Nivel Autonom	C1	Nivel Autonom	C1	Nivel Autonom
B2	Nivel Avansat	B2	Nivel Avansat	B1	Nivel de bază	B1	Nivel de bază	B2	Nivel Avansat
A2	Nivelul Intermediar	A2	Nivelul Intermediar	A2	Nivelul Intermediar	A2	Nivelul Intermediar	A2	Nivelul Intermediar
A2	Nivelul Intermediar	A2	Nivelul Intermediar	A2	Nivelul Intermediar	A2	Nivelul Intermediar	A2	Nivelul Intermediar

(\*) [Nivelul Cadrului European Comun de Referință Pentru Limbi Străine](#)

Competențe și abilități sociale

Spirit de echipă: am experiența muncii în echipă încă de mică, practicând sporturi de echipă (handbal și baschet). Alte abilități sociale: comunicativă, acomodare relativ ușoară, flexibilitate, entuziasm, motivarea celorlalți, responsabilitate, creativitate, consecvență, disciplină.

Competențe și aptitudini organizatorice

Am experiență bună a managementului echipei. Am fost căpitana echipei de baschet din liceu, iar șefă de grup la facultate.

Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului

Programele cunoscute: Microsoft Word, Microsoft Powerpoint, Microsoft Excel;

Competențe și aptitudini artistice

Cercei, coliere hand-made.

Alte competențe și aptitudini

*Activități sportive:*

- în perioada **1997-2004** am practicat patinaj viteză și short track la Clubul Sportiv Școlar Miercurea-Ciuc

## Rezultate:

**1999** – Campionatul Național de Patinaj Viteză: în clasament general (categoria copii III fete) locul III și în proba de 100 de m locul II

**1999** – Cupa României: în clasament general locul III

**2001** – Campionatul Național de Patinaj Viteză Short Track (categoria copii fete) locul II

**2001** – Cupa FRP (Federația Română de Patinaj) Patinaj Viteză Short Track (categoria copii fete) locul II

**2003** – Campionatul Național de Patinaj Viteză Short Track (categoria copii I fete) locul II

- în perioada 2004-2008 am fost membră a echipei de baschet a liceului teoretic "Márton Áron" din M-Ciuc. Cel mai bun rezultat a fost câștigarea Campionatului între Liceele Maghiare din România în 2006.

Am legitimație de arbitru de patinaj viteză.

Permis(e) de conducere

Categoria B

Lucrări științifice publicate

Articole:

1. Nagy, K., Șerbescu, C., Ciobanu, D. (2016). The effect of a physical activity program on the health related fitness and quality of life on a female student group from Oradea, *Revista Română de Kinetoterapie* vol. 22/ nr.37/ mai/2016
2. Nagy, K., & Hanțiu, I. (2017). Effects of physical activity on body composition in adult women, *Annals of the University of Oradea. Physical Education and Sport Fascicle*, Rev. no. XXVII/2017 pp.17 -24, Article no. 271113 - 841, [http://www.fefsoradea.ro/Fascicula\\_Educatie\\_Fizica\\_si\\_Sport/2017/3\\_FEFS\\_2017\\_Nagy.pdf](http://www.fefsoradea.ro/Fascicula_Educatie_Fizica_si_Sport/2017/3_FEFS_2017_Nagy.pdf)
3. Kalman, K., & Hanțiu, I. (2017). Effects of physical activity on the quality of life among adult women. *Timișoara Physical Education and Rehabilitation Journal*, doi: <https://doi.org/10.1515/tperj-2017-0026>
4. Kalman, K., & Hanțiu, I. (2017). Effects of physical activity practiced in gyms on adult women's posture, *Romanian Journal of Physical Therapy* vol.23/nr.40/december 2017, [http://www.revkineto.com/gallery/rrkt%2023,%20nr%2040\\_dec\\_2017.pdf](http://www.revkineto.com/gallery/rrkt%2023,%20nr%2040_dec_2017.pdf)
5. Kalman, K., & Hanțiu, I. (2020). Relevance of Anthropometric Indicators in Assessing Adiposity in Adult Women. În curs de publicare

Informații suplimentare

Am fost membru al consiliului facultății în anul universitar 2011-2012 și 2012-2013.