

INFORMAȚII PERSONALE



EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

01.03.2021 – 01.07.2021

Cadru didactic asociat

Universitatea Babes-Bolyai, Facultatea de Educație Fizică și Sport;

Strada Pandurilor 7, Cluj-Napoca 400000

Tehnici și metode de dezvoltarea a calităților motrice; Evaluare motrică și somato-funcțională; Stagiul de elaborare a lucrării de licență.

Sectorul de activitate: Educație fizică și sport; Sport și performanță motrică;

01.03.2020 – 01.07.2020

Cadru didactic asociat

Universitatea Babes-Bolyai, Facultatea de Educație Fizică și Sport;

Strada Pandurilor 7, Cluj-Napoca 400000

▪ Tehnici și metode de dezvoltarea a calităților motrice; Evaluare motrică și somato-funcțională

Sectorul de activitate: Educație fizică și sport; Sport și performanță motrică;

2020 - prezent

Antrenor

Cluj Triathlon Team

Dezvoltare fizică generală, Atletism, Pregătire fizică;

Sectorul de activitate: Educație fizică și sport;

11.2020

Trainer în cadrul proiectului:

„Sprijin și inițiere în practicarea unui stil de viață sănătos”

Proiect finanțat de DJST Harghita

Sectorul de activitate: Educație fizică și sport; Viață sănătoasă

2016 – 2020

Antrenor

PRU&CRI srl

Alexandru Vlahuță, bl.Lama F, ap.10, Cluj-Napoca;

Dezvoltare fizică generală, Inițiere în atletism (copii), Pregătire fizică;

Sectorul de activitate: Educație fizică și sport;

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

Perioada:	2018 - Prezent
Calificarea / diploma obținută:	Știința sportului și a educației fizice
Numele și tipul instituției de învățământ:	Universitatea Babes Bolyai, Facultatea de Educație Fizică și Sport
Nivel în clasificarea națională / internațională:	Studii doctorale
Perioada:	19.10.2020 – 03.11.2020
Calificarea / diploma obținută:	Certificat Competențe antreprenoriale
Numele și tipul instituției de învățământ:	Universitatea Babes Bolyai
Nivel în clasificarea națională / internațională:	Certificat Competențe antreprenoriale
Perioada:	2016 - 2018
Calificarea / diploma obținută:	Diploma de master
Discipline principale studiate / competențe profesionale dobândite:	Educație fizică, Agrement în turism
Numele și tipul instituției de învățământ:	Universitatea Babes Bolyai, Facultatea de Educație Fizică și Sport
Nivel în clasificarea națională / internațională:	Studii masterale
Perioada:	2016
Calificarea / diploma obținută:	Instructor TRX – Functional training
Numele și tipul instituției de învățământ:	Trxtraining.com
Nivel în clasificarea națională / internațională:	Instructor
Perioada:	2013 – 2016
Calificarea / diploma obținută:	Diploma de licență
Discipline principale studiate / competențe profesionale dobândite:	Educație Fizică și Sportivă
Numele și tipul instituției de învățământ:	Universitatea Babes Bolyai, Facultatea de Educație Fizică și Sport
Nivel în clasificarea națională / internațională:	Studii universitare
Perioada:	2009-2013
Calificarea / diploma obținută:	Diplomă de bacalaureat Atestat în informatică
Discipline principale studiate / competențe profesionale dobândite:	Profil real cu specializare Matematică – Informatică
Numele și tipul instituției de învățământ:	Grup Școlar „Liviu Rebreanu” Bălan
Nivel în clasificarea națională / internațională:	Studii liceale

COMPETENTE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) Română

Alte limbi străine cunoscute

	INTELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
Engleză	B2	B2	B2	B2	B1
Certificat de competența lingvistică obținut în cadrul facultății.					

Niveluri: A1/2: Utilizator elementar - B1/2: Utilizator independent - C1/2: Utilizator experimentat
 Cadru european comun de referință pentru limbi străine

Competențe de comunicare

Bune competențe de comunicare și socializare dobândite prin activități de voluntariat în cadrul mai diverselor proiecte derulate de Asociația Etnoculturală „Condordia” Bălan cât și de Asociația Eco-Sportivă „Sufletul Hășmașului”.

Competențe organizaționale/manageriale

Aptitudini / competențe de coordonare și conducere a activităților de grup dobândite în calitate de Asistent Manager sportiv în cadrul Asociației Eco – Sportive „Sufletul Hășmașului”.

Competențe informatice

Atestat în informatică dobândit la absolvirea studiilor liceale.
 Abilități de procesare a informației în Microsoft Office™
 Utilizare echipamente birotică, internet și aparate multimedia.

ANEXE
