

Alessio Meloni, Professore di Scienze Motorie e Sportive con Laurea magistrale in “Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattative” nel 2004 presso la facoltà di Medicina dell’Università degli studi di Perugia.

Personal Trainer del benessere con esperienza nel settore termale e nello sport.

Istruttore di Pancafit Raggi Method per il riequilibrio posturale con finalità di recupero motorio e di miglioramento della performance funzionale degli atleti. Si tratta di attività che hanno come obiettivo un riequilibrio della postura mediante l’ allungamento muscolare fatto in posizioni corrette e senza permettere errati meccanismi compensativi.

Esperto di Idrochinesiologia, attività di recupero articolare e muscolare in acqua e di Nordic Walking, camminata con i bastoni per il potenziamento aerobico e per il rinforzo posturale.

Assessore allo Sport del Comune di Castiglione del Lago dal 2009 al 2019 con esperienza di ampliamento dell’offerta sportiva del territorio e nell’ organizzazione di manifestazioni sportive legate al Trekking e al benessere.