



## Sylvia De Rosa – Vita

### Ausbildung und berufliche Erfahrungen

2015 - 2016

Dozentin an der Deutschen Sporthochschule Köln im Bereich „Ringen und Kämpfen“.

[www.dshs-koeln.de](http://www.dshs-koeln.de)

---

2014

Lehrbeauftragte an der Deutschen Sporthochschule Köln für den Kurs „Ringen und Kämpfen“.

[www.dshs-koeln.de](http://www.dshs-koeln.de)

---

2013

Lehrbeauftragte an der Deutschen Sporthochschule Köln für den Kurs „Gestalten, Tanzen und Darstellen“ und für das Basistudium „Bewegung und Gestaltung“ am Institut für Tanz und Bewegungskultur.

[www.dshs-koeln.de](http://www.dshs-koeln.de)

---

2010

Rückenschullehrerin bei ProRücken Akademie, Köln.

Zertifizierung für Rückenschule (KddR) als Präventionskurs nach §20 Abs.1 und 2 SGB V.

---

2001 - 2005

Diplomstudium Sportwissenschaft, Deutsche Sporthochschule Köln  
Institut für Tanz und Bewegungskultur: Elementarer Tanz, Afrikanischer Tanz und Bewegungstheater.

---

2002 - 2005

Ausbildung zur Leiterin für therapeutischen Tanz,  
Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie e.V., Köln.

## Weiterbildung

2010 - 2020	Qualifizierung zur Rückenschullehrerin (2010) / Beckenbodentrainerin (2020) / Faszien Training (2015) / Entspannungstrainerin (2018) / Personal Training (2012) nach § 20 SGB V, zentral zertifiziert bei der Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP), ProRücken Akademie Köln
2018	Zertifizierung zur Entspannungstrainerin (PMR/AT) & Tai Chi Chuan Zertifiziert von Präventionskursen bei der Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) nach §20 SGB V, ProRücken Akademie, Köln und HoYing Wu Shu, Moers
2016 - 2017	Zertifizierte Projektmanagerin ATV GmbH Köln Rhetorik, Präsentation, Persönlichkeitstraining
2015	Gewaltfreie Kommunikation nach Dr. Marshall Rosenberg Friedensbildungswerk Köln e.V. Köln
2007	Stuntman-Fortbildung, action concept Film- und Stuntproduktion GmbH, Köln
2006	Laban-Bartennieff und zeitgenössischer Tanz, LAG Tanz NRW e.V. Remscheid
2005 – 2006	Symposium Kindertanzmethodik: Tanz in den Schulen, Gesellschaft für zeitgenössischen Tanz NRW e.V.,
2002 - 2005	Leiterin für therapeutischen Tanz Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie e.V. Köln
2003 – 2004	Action Theatre, Sten Rudstrom, Berlin
1996 – 1998	Schauspielunterricht und Maskentheater, Marga Behrend, Solingen

### **Sportliche Erfolge und Trainerin**

1997 - 2007	Vierfache Deutsche Meisterin im Shaolin Kung Fu
1997 - 2014	Dreimalige Deutsche Vize-Meisterin im Shaolin Kung Fu
2003 (Oktober)	3. Platz European Open Championship / Mixed Material Arts
1986 bis heute	aktiv in Kung Fu & Tai Chi Chuan nach Großmeister Hwang Ching Zeng, Taiwan
1999 bis heute	Trainerin Shaolin Kung Fu, City Sport Kunze, Solingen
2008 bis heute	Trainerin Shaolin Kung Fu & Tai Chi Chuan, Köln