



Sylvia De Rosa – Curriculum vitae

Formazione ed esperienza professionale

2006 fino ad oggi

Attività di libera professionista: [Sylvia De Rosa – Coaching mit Bewegung](#)
(coaching con il movimento)

2015 - 2016

Docente per il modulo del corso "Lotta e combattimento", Deutsche Sporthochschule Köln (Istituto superiore tedesco di educazione fisica di Colonia)
www.dshs-koeln.de

2014- 2015

Docente a contratto per il modulo del corso "Lotta e combattimento", Deutsche Sporthochschule Köln (Istituto superiore tedesco di educazione fisica di Colonia)
www.dshs-koeln.de

2013- 2015

Docente a contratto per i moduli del corso "Creare, danzare e recitare" e "Movimento e creazione", Institut für Tanz und Bewegungskultur, Deutsche Sporthochschule Köln (Istituto di cultura della danza e del movimento all'Istituto superiore tedesco di educazione fisica di Colonia).
www.dshs-koeln.de

2010

Allenatrice certificata nell'ambito della ginnastica per la schiena. Accademia ProRücken Colonia.

2001 - 2005

Deutsche Sporthochschule Köln (Istituto superiore tedesco di educazione fisica di Colonia)
Studi di scienze dello sport. Laurea in scienze dello sport
Institut für Tanz und Bewegungskultur (Istituto di Cultura della Danza e del Movimento):
danza elementare, danza africana e teatro del movimento

2002 - 2005

Istruttrice di danza terapeutica
Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie e.V. Köln (Società tedesca di danzaterapia e.V.
Colonia)

Formazione supplementare

2010 - 2020

Qualificazione ginnastica per la schiena (2010) / allenamento del pavimento pelvico (2020) /
allenamento fasciale (2015) / esperta di tecniche di rilassamento (2018) / Personal Training
(2012), Accademia ProRücken Colonia

2018

Esperta di tecniche di rilassamento (rilassamento muscolare progressivo / training
autogeno) e di Tai Chi Chuan
Accademia ProRücken, Colonia / Scuola HoYing Wu Shu, Moers

2016 - 2017

Certificato di responsabile di progetto, ATV GmbH Colonia. Formazione su retorica,
presentazione e personalità

2015

Comunicazione non violenta secondo Marshall Rosenberg. Friedensbildungswerk Köln e.V,
Colonia

2007

Formazione di stuntwoman, action concept Film- und Stuntproduktion GmbH, Colonia

2006

Laban-Bartennieff e danza contemporanea,
LAG Tanz NRW e.V. Remscheid

2005 - 2006

Simposio “Metodologia della danza per bambini: la danza nelle scuole”,
Gesellschaft für zeitgenössischen Tanz NRW e.V. (Società per la danza
contemporanea NRW e.V.)

2002 - 2005

Istruttrice di danza terapeutica,
Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie e.V. Köln
(Società tedesca di danzaterapia e.V. Colonia)

2003 - 2004

Action Theatre, Sten Rudstrom, Berlino

1996 - 1998

Corsi di recitazione e teatro di maschera, Marga Behrend, Solingen

Successi sportivi e allenatrice

2008 fino ad oggi

Allenatrice di Shaolin Kung Fu e di Tai Chi Chuan, Colonia

1999 - 2024

Allenatrice di Shaolin Kung Fu, City Sport Kunze, Solingen

1986 fino ad oggi

Attiva nel Shaolin Kung Fu e nel Tai Chi Chuan secondo il Gran Maestro Hwang Ching
Zeng, Taiwan

2003 (ottobre)

3° posto al Campionato europeo Open / arti marziali miste

1997 – 2007

Quattro volte campionessa tedesca di Shaolin Kung Fu