



Daniela Benea

Data nașterii: 14/12/1987 | **Cetățenie:** română | **Gen:** Feminin |
(+40) 0740061495 | danyela.benea@gmail.com |

Aron Densusianu 22 / Cluj-Napoca, Locomotivei 12 / Sibiu, România

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

2018 – ÎN CURS – Sibiu, România

TERAPEUT SI CONSILIER HOLISTIC – COLABORARE ASOCIATIA ANTHM

- Aplicarea tehnicilor si metodelor de transfer de energie si informatie
- Consiliere avand la baza Conceptul Holistic si Metafizic

2017 – 2017 – Sibiu, România

ACTIVITATE VOLUNTARIAT ASOCIATIA ANTHM – COLABORARE ASOCIATIA ANTHM

- Asistare la Evaluari Energetice, Consilieri Holistice si Terapii Holistice si Spirituale

2015 – 12/2019

INSTRUCTOR INOT SI SALVAMAR – RIVIERA SPA (BLONDY WOMAN SRL)

- Initierea, invatarea si perfectionarea tehnicii de inot pentru copii si adulti intr-un cadru organizat
 - Pregatire fizica acvatica - tonifierea musculaturii corpului in mediu acvativ
 - Supravegherea piscinei , prevenirea si acordarea primului ajutor in caz de necesitate
- Cluj-Napoca, România

2016 – 06/2018

ANTRENOR COLABORATOR – CLUBUL SPORTIV UNIVERSITATEA CLUJ

- Antrenare grupa sportivi in vederea participarii la concursuri nationale/internationale

01/2015 – 12/2018

ANTRENOR COLABORATOR – CLUBUL SPORTIV DINAMO BUCURESTI

- Antrenare grupa sportivi in vederea participarii la concursuri nationale/internationale

2014 – ÎN CURS – Cluj-Napoca, România

MANAGER SI INSTRUCTOR INOT – ASOCIATIA CLUB SPORTIV NAUTILUS SWIM

- Conducere,organizarea de evenimente sportive si buna desfasurare a activitatilor desfasurate de catre ACS Nautilus Swim, Asociatie in care sunt membru fondator si Presedinte
- Initierea, invatarea si perfectionarea tehnicii de inot pentru copii si adulti intr-un cadru organizat
- Pregatire fizica acvatica - tonifierea musculaturii corpului in mediu acvativ
- Asistarea in bazin si initierea in inot a persoanelor cu dizabilitati si deficiente locomotorii

01/2013 – 12/2013

ACTIVITATE VOLUNTARIAT IN COMPLEX DE NATATIE – COMPLEXUL DE NATATIE UNIVERSITAS / UNIVERSITATEA BABES BOLYAI

- Initiere-Invatate Copii inot
- Asistarea persoanelor cu dizabilitati la activitati acvatice

- Asistarea personalului de serviciu la activitatile de salvamar
Cluj-Napoca, România

2011 – ÎN CURS

ANTRENOR INOT – CLUBUL SPORTIV SWIM CLUJ

- Antrenare grupa sportivi in vederea practicarii inotului de performanta, participari la cupe si concursuri nationale/internationale

Cluj-Napoca, România

● **EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ**

2019 – 2019 – Sibiu, România

FORMATOR DE FORMATORI – Doctus S.R.L.

<https://doctus.ro/>

2018 – 2018 – Buzau, România

CONSILIER DEZVOLTARE PERSONALA – Fundatia EuroAcademia

2017 – 2017 – Sibiu, România

TERAPEUT SI CONSILIER HOLISTIC – Asociatia ANTHM

-Anatomia si Fiziologia Omului
-Notiuni de energetica viului
-Sistemul energetic al omului
-Practici spirituale si ritualuri de vindecare
-Tehnici si metode de transfer energetic si informatie

www.holistic-international.com

2015 – 2015 – Bucuresti

CERTIFICAT DE PERFECTIONARE PROFESIONALA – Centrul National de Formare si Perfectionare Antrenori

Natatie

2016 – 2016 – Cluj-Napoca, România

TERAPEUT REIKI – Holistic Internatonal

2014 – 2015 – Nurnberg, Germania

TERAPEUT SPIRITUAL – Privat Institut fur BioEnergetik

-Anatomia si Fiziologia Omului
-Notiuni de energetica viului
-Sistemul energetic al omului
-Notiuni de Astrologie
-Practici spirituale si ritualuri de vindecare
-Tehnici si metode de transfer energetic si informatie

2013 – 2013 – Bucuresti, România

CERTIFICAT DE PERFECTIONARE PROFESIONALA – Centrul Nationala de Formare si Perfectionare Antrenori

Natatie

2010 – 2012 – Bucuresti

DIPLOMA DE ABSOLVIRE CNFPA/SNA , ANTRENOR SPECIALIZARE NATATIE – Centrul National de Formare si Perfectionare Antrenori

- Teoria si metodică antrenamentului sportiv de specialitate (natatie)
- Teoria antrenamentului sportiv
- Anatomia si fiziologia omului
- Biomecanica
- Psihologia si pedagogia in sport

2007 – 2010 – Bucuresti

LICENTIATA IN STIINTE ECONOMICE / CONTABILITATE – Universitatea „Spiru Haret” Bucuresti/ Facultatea de Management Financiar Contabil

- Contabilitate (baze,proceduri,contabilitate financiara curenta,gestiune fiscala)
- Informatica de gestiune
- Management financiar-contabil, management pe proiect

2003 – 2007 – Bucuresti

DIPLOMA BACALAUREAT – Liceul "Emil Racovita" Bucuresti

2004 – 2004 – Bacau

INSTRUCTOR SPECIALIZARE NATATIE – Directia pentru Sport a Judetului Bacau

- Didactica Inotului
- Anatomie si fiziologie
- Prim ajutor si salvarea de la inec

● **COMPETENȚE LINGVISTICE**

Limbă(i) maternă(e): **ROMÂNĂ**

Altă limbă (Alte limbi):

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Exprimare scrisă	Conversație	
ENGLEZĂ	B2	B1	B1	B1	B1
FRANCEZĂ	A2	B1	A2	A2	A1

Niveluri: A1 și A2 Utilizator de bază B1 și B2 Utilizator independent C1 și C2 Utilizator experimentat

● **COMPETENȚE DIGITALE**

Navigare Internet | Social Media | Zoom | Microsoft Office | Utilizare buna a programelor de comunicare(mail messenger skype)

● PERMIS DE CONDUCERE

Permis de conducere: A

Permis de conducere: B

● COMPETENȚE ORGANIZATORICE

Competențe organizatorice

- Buna organizatoare si manager a activitatilor cu caracter sportiv (organizatoare cupe si activitati sportive)

● COMPETENȚE DE COMUNICARE ȘI INTERPERSONALE

Competențe de comunicare și interpersonale

- Spirit de echipa, capacitate de adaptare in medii noi, buna capacitate de cooperare si interrelationare,

● COMPETENȚE DOBÂNDITE LA LOCUL DE MUNCĂ

Competențe dobândite la locul de muncă

- Orientare spre indeplinirea obiectivelor, atentie la detalii
- Gandire sistematica, capacitate de identificare si rezolvare a situatiilor problema
- Adaptare rapida la implementarea de noi programe

● ACTIVITATE

Activitate

Presedinte, Antrenor si Membru fondator al Asociatiei Clubul Sportiv Nautilus Swim

Palmares in activitate de antrenorat:

- Clasari pe podium (locurile 1,2,3) la Campionate Nationale si Internationale de Inot pentru seniori si tineret si juniori (sportivi Pojar Rebecca, Dascal Alexia, Valea Andrada, Simon Andrei, Rus Dragos)
- Clasari pe podium (locurile 1,2,3) la Campionate Nationale si Campionate Regionale, Cupe Locale de Cadeti (Faragu Bogdan, Andreica Denis, Rafa Tania Madalina, Bud Mara, Ilea Miruna, Badralexi Katherina, Kavida Despina)
- Participare la Concursul Tarilor Central Europene (Dascal Alexia)
- Calificare la Campionatele Europene pentru persoane cu dizabilitati (Todea Cristina)
- Cupe pentru cele mai bune performante cu echipa de club, la diverse competitii locale.

Palmares activitate sportiva:

- sportiva de performanta, legitimata la Sport Club Municipal Bacau in perioada 1995-2004 , si la Clubul Dinamo Bucuresti in perioada 2004 - 2018.
- clasari pe podium (locurile 1,2 si 3) la Campionate Nationale, Campionate Internationale, Balcaniada, Cupe nationale si internationale, categoriile de varsta seniori si juniori 1,2.

Atestat de absolvire a Cursului de Prim Ajutor Premedical , 2017