

## Dott. Michele Chelleri

Residenza fiscale: Lokev 2, 6219, Slovenia

Domicilio italiano: via Artemisio 54, Trieste

Contatto sloveno: 00386 41863474

Contatto italiano: 0039 3703205006

Sito web: [www.refunctionalsystem.com](http://www.refunctionalsystem.com)

email: [info@refunctionalsystem.com](mailto:info@refunctionalsystem.com)

Competenze linguistiche: italiano, spagnolo, inglese, sloveno.

### **ABOUT ME**

Fisioterapista, professore di yoga (stile Iyengar e Anusara), mobility coach per fitness e Crossfit.

Specializzato in: postura, fibromialgia, sbilanciamenti ATM, pavimento pelvico, postura, scoliosi, gestione del dolore cronico.

Fibromialgico e paziente di emicranie croniche, sono riuscito a gestire i sintomi di queste due gravi situazioni lavorando sul mio corpo grazie alle conoscenze sviluppate nei miei percorsi di studio in fisioterapia miofasciale yoga Iyengar terapeutico. Unendo scienza occidentale e antiche sapienze orientali ho creato il mio sistema "Refunctional System" con il quale da molti anni aiuto con successo le persone a gestire i loro problemi di salute.

Ho vissuto 10 anni a Barcellona e Madrid dove mi sono formato ed ho potuto confrontarmi con molte realtà, professionisti di tutto il mondo e culture differenti. Credo profondamente nel rispetto delle necessità della persona malata, nutro una profonda fiducia nell'approccio multidisciplinare con il paziente, nel rispetto reciproco e nella collaborazione attiva con altri professionisti della salute.

### **ESPERIENZA LAVORATIVA**

#### **FISIOTERAPISTA, PROFESSORE DI YOGA**

2017 - attualmente (indipendente, Slovenia e zona Trieste)

- Corsi di gruppo di yoga terapeutico per persone con problemi posturali, di rigidità e dolore.
- Corsi in azienda (per impiegati d'ufficio) presso Elektro primorska doo, Partizanska cesta 47, Sezana, Slovenia.
- Percorsi terapeutici individuali per pazienti con problemi di sbilanciamento, posturali o dolori cronici.
- Seguo pazienti di fibromialgia utilizzando gli strumenti del mio metodo Refunctional System, che permette di attenuare i sintomi o eliminarli aiutando i pazienti ad affrontare la malattia.
- Durante i periodi estivi corsi di yoga posturale all'aperto e intensivi nei weekend.
- In periodo COVID-19 sessioni settimanali su zoom con gli alunni dei corsi presenziali (in epoca pre-COVID-19)
- Percorsi individuali per pazienti con problemi posturali e di dolore cronico.

#### **PROGETTO ONLINE – ESERCIZI POSTURALI E PROGRAMMI PER FIBROMIALGICI**

2020 - attualmente

Basandomi sulla mia esperienza personale con il dolore cronico, le conoscenze derivate dai percorsi formativi e l'esperienza clinica ho sviluppato un metodo terapeutico, "Refunctional System". Il sistema si basa su un lavoro di manipolazioni, esercizi attivi e assistiti che riescono ad eliminare gli sbilanciamenti, le compressioni e le aderenze miofasciali, riportando il corpo ad un perfetto equilibrio e riuscendo a modulare i dolori cronici derivati da molteplici situazioni patologiche.

Attraverso i canali personali del social media e la mia web [www.refunctionalsystem.com](http://www.refunctionalsystem.com) spiego il sistema da me creato e offro vari percorsi per persone con problemi posturali, di sbilanciamento, fibromialgici e persone che hanno bisogno di gestire il dolore cronico.

Canali social media:

Canale Youtube: <https://www.youtube.com/channel/UCYmklrLNP-9wp91XKDTaYBA>

canali Instagram: [https://www.instagram.com/fibromialgia\\_senza\\_dolori/](https://www.instagram.com/fibromialgia_senza_dolori/)

[https://www.instagram.com/training\\_posturale/](https://www.instagram.com/training_posturale/)

Pagina Facebook: <https://www.facebook.com/Refunctionalssystem>

Nel libro pubblicato nel 2021 divulgo il mio sistema, adatto a sviluppare un corpo funzionale personalizzato, da cui il titolo dell'opera.

"Sviluppa il tuo Corpo Funzionale Personalizzato", Michele Chelleri (autopubblicato), ISBN 979-12-200-6436-1

#### **FISIOTERAPISTA (collaborazione)**

2017 - attualmente - "Fitnes Planet", Stjenkova ulica 1, Sezana, Slovenia.

Fisioterapia per sportivi e non, yoga therapy.

#### **FISIOTERAPISTA, MOBILITY COACH (collaborazione)**

2018 - attualmente - "Crossfit Audace", Androna Santa Tecla, 34123 Trieste.

Lezioni di gruppo su mobilità articolare per atleti, fisioterapia individuale di rifunzionalizzazione.

#### **FISIOTERAPISTA/YOGA THERAPIST (collaborazione)**

2011-2017 "Afinsyfacro", clinica per la fibromialgia dell'Università Rey Juan Carlos, Madrid.

Fisioterapista per il dolore cronico e i sintomi del fibromialgico utilizzando lo yoga therapy.

#### **FISIOTERAPISTA, MOBILITY COACH**

2013-2017 - "Crossfit Las Rozas" Calle París, 36, Madrid, "Espacio Crossfit" Calle Fragua, 8, Madrid.

Prevenzione e recupero delle lesioni, mobilità articolare, lezioni di yoga, funzionalità del corpo in atleti di Crossfit.

#### **FISIOTERAPISTA SPECIALIZZATO IN DOLORE CRONICO E PAVIMENTO PELVICO**

2014-2017 - "Salud y ejercicio" calle Joaquín María López 66, Madrid.

Fisioterapia del pavimento pelvico, dolori cronici e lezioni di yoga.

#### **PROFESSORE DI YOGA CLASSICO E TERAPEUTICO**

2013-2017 - Palestra "DYS" Calle Guzmán el bueno 95, Madrid.

Corsi di yoga classico e terapeutico.

#### **PROFESSORE DI YOGA CLASSICO E TERAPEUTICO**

2007-2008 - Palestra "DYS" Calle Guzmán el bueno 95, Madrid.

Corsi di yoga classico e terapeutico.

#### **FORMAZIONE (i documenti sono consultabili in PDF allegato)**

##### **Corso di laurea in fisioterapia (laurea ordinamento europeo 4 anni)**

2013, Universidad Rey Juan Carlos, Av. de Atenas, s/n, 28922 Alcorcón, Madrid.

##### **Accademia di yoga (livello IV, livello professori)**

2015-2017 "Akasa Yoga", calle Escaño 37 Madrid.

**Accademia di yoga (livello II, III)**

2011-2015 "Iyengar Yoga Shala", Calle de López de Hoyos, 124, Madrid.

**Accademia di yoga (livello I)**

2009-2011 "Yoga Center Pratyaya", Calle de las Naves, 14B, Madrid.

**Corso di formazione per la gestione del dolore cronico "Noesiterapia, curación por el pensamiento"**

2013, Dott. Ángel M. Escudero Juan, Valencia.

**Diploma "Istruttore fitness e body building"**

2008, AIFA "Associazione Italiana Fitness e Affini", Mestre, Venezia.

**Diploma "Allenamento al femminile"**

2008, AIFA "Associazione Italiana Fitness e Affini", Mestre, Venezia.

**Diploma "Massaggio avanzato"**

2008, IRCOP, via Rossetti 8, Trieste

**Diploma "Operatore Shiatsu" (corso triennale, 600 ore)**

2007, "Associazione Il Giardino", via Lazzaretto Vecchio 19, Trieste

**Attestato "Psicosomatica", primo livello**

2006, "Associazione Il Giardino", via Lazzaretto Vecchio 19, Trieste