

# Federica Zizzo

## CHI SEI?

Sono una massoterapista laureata in Scienze Motorie e la passione per lo sport, che mi ha dato fin dai primi anni dell'adolescenza la possibilità di emergere a livello professionistico nella pallanuoto, ha fatto di me una ragazza energica e determinata così nello sport come nella vita.

Mi sono così avvicinata al mondo del benessere ed in particolare al movimento fisico e al massaggio.

Credo che per condurre una vita equilibrata e serena bisogna prendersi cura di se stessi a 360° e l'arte del massaggio è fin dall'antichità una pratica terapeutica ricercata per l'equilibrio psicofisico.

I massaggi se abbinati al movimento e all'attività fisica hanno come obiettivo di aumentare la consapevolezza di ogni parte del corpo e raggiungere un equilibrio superiore in modo unico e soddisfacente.

Il progetto con Fizio Interazioni mi è sembrato fin da subito interessante, proprio perché credo che ogni disciplina nel settore del benessere e della salute debba saper convivere insieme e collaborare per il raggiungimento del massimo risultato. Nell'immediato Fizio Interazioni mi ha lasciato una positiva sensazione energetica. Una famiglia unita e attenta alle esigenze del paziente in primis, composta da professionisti umili e solidali tra loro.



# Federica Zizzo

## CV

- Residenza: Como
- 2015 Diploma massoterapia MCB presso Starting Work di Como
- 2014 Diploma massaggio classico presso International School of massage of Lugano
- 2012 Laurea Scienze Motorie e sportive presso Università di Padova

