

Personalien: Felix Magdalena
geb. 25.01.1974,
Bürgerin von Parpan neu Churwalden
Adresse: Dorfstrasse 25B
7402 Bonaduz



Schulen:
1989 - 1994 Kantonsschule in Chur mit Matura neusprachlicher Typus D

Ausbildung
1994 - 1998

Turn- und Sportlehrer-Studium an der ETH Zürich
Abschluss mit eidg. Turn- und Sportlehrerdiplom 2

Spezialisierung in:

Gymnastik und Frauengeräteturnen

Vertiefte Ausbildung in:

Bewegungstherapie

Ernährungsphysiologie, Sportpädagogik, Menschen- und Mitarbeiterführung
Fitness, Schwimmen, Volleyball, Männergeräteturnen, Eislaufen, Winter- &
Gebirgsport/ Snowboard

1996 - 2000

Komplementärstudium „Adapted Physical Activities“ APA,
Ausbildung für Sport und Bewegung in den ausserschulischen Bereichen:
Sonder- und Sozialpädagogik, **Gesundheitsprävention und Rehabilitation.**

2003 –2004

Erlangen des Fähigkeitszeugnisses zur Erteilung von **Englischunterricht**
auf der Oberstufe der Volksschule.

2016 - 2017

2 Jahres Grundausbildung zur Yogalehrerin Yoga Pyramide Chur

Weiterbildungen/zusätzliche Qualifikationen

- 1998 Aquafitinstructor RYFFEL
- 1998 Walkinginstruktorin
- 2001 Nordic walking Instruktorin
- 2001 Qualitop Anerkennung als Rückengymnastik-Instruktorin
- 2001/2002 Berufsbegleitende Weiterbildung zur medizinischen Trainingstherapeutin (MTT) (60UE) beim Schweizerischen Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie
- 2008 Ausbildung zur dipl. Antara Instruktorin Weiterbildung in Level 1,2 und 3
- Antara Dance
- 2010 Gymstick Instructor
- 2019? Aufnahme in den Schweiz. Yogaverband mit KK Anerkennung

Bisherige Stellen als Lehrperson

2000-2002: Realschule Chur (Turnunterricht) 100%-80%

2001-2005 Bündner Kantonsschule Chur (Diplommittelschule, Gymnasium und Handelsmittelschule) (Turnunterricht) 20% -100%

2002 –2004 auch Tätigkeit als Turnberaterin und Schulcoach

2007/2008 13% Pensum an der Schule Rhäzüns

2008-2012	Sportunterricht am Oberstufenschulverband Rhäzüns –Bonaduz
2011/2012	Englischunterricht am Oberstufenschulverband Rhäzüns –Bonaduz
2011/2012	Kindertanzlehrerin an der Tembea Schule für Bewegung und Tanz Chur

Vereinsarbeit:

- *Turnvereine:* : Leitung der Geräteturnriege in Bonaduz und Wädenswil.
- Snowboardleiterin in der *JO des Skiclub Scardanal* 2001-2005
- Leiterin des Junioren Kurses Volleyball des *Volleyballclubs Bonaduz*
- Wintertraining für die 1. Mannschaft des *FC Bonaduz*
- *2003-2004 pro Senectute* Aquafit für Senioren
- *Frauensportvereins SVKT Bonaduz*
 - 2005-2017 Erwachsenensportleiterin (Gymnastik, Fitness, 50+, 60+, Bodyforming....)
 - 2006 – 2014 Rückengymnastik
 - 2006 - 2018 Tanzen für Kinder und Jugendliche (Jugend und Sport) mit Jährlichen Aufführungen
 - 2009- 2014 Technische Leiterin des SVKT, Vorstandarbeit
 - 2010 - 2013 Kinderturnen
 - 2016 -2018 J&S Coach

weitere Stellen:

- Angestellte im Bieler Fitness Center Bonaduz
- 2009-2010 Grouptrainerin in Fitness tower Chur
- 2006 Choreographie Kindermusical „Wag de Sprung“ der *Musikschule Bonaduz*
- 2007 Funkyjazz für Erwachsene für die *Musikschule Bonaduz*
- 2005 Tanzwochen für Kinder und Jugendliche (*Pro Juventute, Ferienspass*)

Selbständige Tätigkeit:

- 1994-1997 Leiterin Winterfit für den Sport- und Freizeitclub der *Siemens Schweiz*
- 1995 -1997 Kleinkinderschwimmen in Wallisellen
- 1997 Rückenschule für das kantonale Steueramt Zürich
- 2000-2005 Nordic walking Kurse in und um Bonaduz
- 2001 Rückenkurs in Bonaduz
- *schweizerischen Frauensportverband:* Weiterbildungskurse Leiterinnen
- seit 2008 Rückengymnastik (Antara®) und Tanz für Erwachsene)
- **2013 Gründung der Firma lifetime movement**

Erziehungsarbeiten

Seit 2004 Mutter einer Tochter
 2006 Geburt der zweiten Tochter
 2008 - 2010 Tagesmutter

Sprachen:

Deutsch, Englisch, Italienisch, Französisch (Spanisch rudimentär)

Hobbies:

Tanzen (modern Jazz) Yoga, geocaching, wenn die Zeit noch reicht: Snowboarden, Tennis, Schwimmen, wandern,