

# FILM STUDIO effe

## Actor Agency

di Flavia Benedetto

---

Via degli Scialoja, 6 - 00196 - Roma

Tel. (06) 64520276

Cell. 339 5373720

**WWW.FILMSTUDIOEFFE.COM**

E-mail: [info@filmstudioeffe.com](mailto:info@filmstudioeffe.com)

## ANTONELLA LIZZA

### ATTIVITÀ AGONISTICA

**Campionessa Mondiale di Fitness 2002** (IBFA)

**Campionessa Mondiale Figure 2002** (IBFA)

**Campionessa Europea di Body building Figure 2002** (IBFA-WWF)

**Campionessa Europea di Fitness 2001** (IBFA)

**Miss World body building '98** (NBBUW)

**Campionessa Italiana di Fitness '97** (IFS)

Attualmente è responsabile della formazione settore **"Pesi e Fitness"** della SIAF per cui svolge lavoro di docenza, progettazione corsi e sviluppo materiali didattici.

Ha avuto il brevetto di istruttore della FIACF-IFBB, è docente dell'**Accademia Nazionale di Cultura Fisica** AICAP, attestato di Maestro della AIC e NBBUI e tesserino tecnico della US-ACLI.

Ha ideato il programma di allenamento **"Flex & Shape"** (mix di stretching, lavoro con i pesi, esercizi isometrici e yoga).

Ha sviluppato con Angela d'Alessandro la **"Boxe Building"**.

E' collaboratrice fissa delle riviste **"Sport & Salute"**, **"Better Bodies"**, **"Sportman e Fitness"**, **"Body's Magazine"**, **"Cultura Fisica"**.

### SERVIZI FOTOGRAFICI E INTERVISTE:

**L'Espresso** (apr.'85); **Il Corriere Della Sera** (dic.'86); **L'Osservatore Romano** (ott.'90); **L'Europeo** (giu.'92); **Il Tempo** (lug.'93); **Il Salernitano** (dic.'02); **Il terzo Millennio** (dic.'02); costantemente sulle riviste specializzate in body building e fitness;

### RADIO E TELEVISIONE:

**"SpazioDonna"** di GBR (nov.'90); **"In palestra"** di VIDEOUNO (gen.'91); **"Fantastico 91"** di RAI 1 (dic.'91); **"Big"** di RAI 1 (apr.'93); **"Luna Park"** di RAI 1 (dic.'95); **"Fantastica età"** di RAI 3 (giu.'95); **"Unomattina"** di RAI 1 (nov.'96); **"Il Gatto e la Volpe"** di CANALE 5 (apr.'97); **"La vita in diretta"** di RAI 2 (ott.'98); **"Fermata d'autobus"** di RAI 3 (nov.'98); **"Domenica In"** di RAI 1 (gen.'99); RADIOFLASH network FM 89.5 (nov. '99); **"A tutta rete"** RETE ORO (feb. e mar. '01); RADIOROMA FM 103.9 **"Seven Days"** (sett. '01); GOLD TV **"Perché?...non lo so"** (4 puntate ott-nov. 2001); GOLD TV **"Il fitness a casa tua"** (feb.- mar. 2002); RADIO AZZURRA Italia network FM 92,900 (giu.2002); **"Casaraiuno"** RAI 1(ott.2002); **"Blob"** RAI3 (ott.2002); **"Striscia la notizia"** CANALE 5 (ott.2002)

**Testimonial** per aziende del settore.