



Ionuț- Mihai Bajinschi

Data nașterii: 15/03/1984 | **Cetățenie:** română | **Gen:** Masculin | **Număr de telefon:**

(+40) 743050658 (Număr de telefon mobil) | **E-mail:** ionut.bajinschi@gmail.com |

Adresă: Com. Bîrnova, sat Cercu, str. Sf. Mc. Mina, nr. 49, 707036, Iași, România
(Acasă)

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

PERSONAL DIDACTIC ASOCIAT – UNIVERSITATEA „ALEXANDRU IOAN CUZA” – 03/2022 – În curs – IAȘI, ROMÂNIA

Activitate didactică - predare lucrări practice la studii universitare de licență

FIZIOTERAPEUT PRINCIPAL – SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE – 24/09/2017 – În curs

FIZIOTERAPEUT (COLABORATOR) – SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE, IAȘI – 06/07/2015 – 31/01/2019

Hidrokinetoterapie

FIZIOTERAPEUT VOLUNTAR – SPITALUL CLINIC DE URGENȚĂ “PROF. DR. NICOLAE OBLU” IAȘI – 08/04/2016 – 07/07/2016

FIZIOTERAPEUT VOLUNTAR – ARCADIA HOSPITAL – 20/06/2012 – 15/10/2012

FIZIOTERAPEUT VOLUNTAR – CENTRUL DE RESURSE PENTRU PERSOANE CU DIZABILITĂȚI, CENTRUL DIECEZAN CARITAS, IAȘI – 10/10/2011 – 20/05/2012

EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

01/10/2022 – 01/10/2026 Iași, România

DOCTOR ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" Iași, Facultatea de Educație Fizică și Sport

Domeniu de studiu Știința Sportului și Educației Fizice

01/10/2012 – 20/06/2014

MASTER ÎN „TRAUMATOLOGIE SPORTIVĂ” Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" Iași, Facultatea de Educație Fizică și Sport

Domeniu de studiu Educație fizică și sport

01/10/2009 – 25/06/2012 Iași, România

LICENȚĂ ÎN „KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ” Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași, Facultatea de Educație Fizică și Sport

Domeniu de studiu Educație fizică și sport

COMPETENȚE LINGVISTICE

Limbă(i) maternă(e): **ROMÂNĂ**

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Producerea de mesaje orale	Conversație	
ENGLEZA	C2	C2	C2	C2	C2
FRANCEZĂ	C2	C2	C2	C2	C2

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

● **COMPETENȚE DOBÂNDITE LA LOCUL DE MUNCĂ**

Competențe dobândite la locul de muncă

- Evaluare neuromotorie și aplicarea testelor specifice;
- Aplicarea metodelor și tehnicilor specifice reabilitării;
- Planificarea și personalizarea programului de fizioterapie în concordanță cu tipul afecțiunii și stadiul patologic;
- Capacitatea de a adapta planul terapeutic în contextul îngrijirilor de tip spitalicesc.

Alte competențe și abilități sociale

- membru activ într-un mediu de lucru în echipă;
- dedicat ca membru al echipei sau în timpul sarcinilor individuale;
- adaptare rapidă la circumstanțe noi;
- capacitate și dorință de auto-îmbunătățire;
- abilități excelente de comunicare, atât cu adulții, cât și cu copiii, dobândite în urma activității de voluntariat.

● **CURSURI**

01/2020 – 01/2023

P-DTR (Proprioceptive-deep tendon reflex) Nivel de bază, intermediar, avansat

Aplicarea și aprofundarea elementelor de terapie manuală neurologică.

05/10/2009 – 09/01/2026

Practician Su Jok (International Su Jok Association)

Recunoașterea cursurilor de formare a profesorilor în cadrul ISA (Asociația Internațională Sujok)- Profesor Su Jok nivel I
Sisteme de corespondență
Teoria celor șase energii
Teoria triplei origini
Terapia Twist
Gimnastică Sam Won Dong/ Sam Won Gong

Cursuri si seminarii

„Biomecanică analitică – Principii de mișcare și anatomie funcțională”, Iași, 2018
IASTM, 2018
„Abordări actuale în fizioterapie la pacienții cu hernie de disc lombară”, 2017
„Actualități în tratamentul fizioterapeutic al pacienților cu radiculopatie lombosacrală și neuropatie periferică a membrilor inferioare” , 2017
Kinesio taping, 2016
„Reabilitarea pulmonară: aplicabilitate practică”, 2016
„Reabilitarea mersului la pacienții cu hemipareză post-accident vascular cerebral”, 2016

16/05/2024 – 15/07/2024

Curs de formator

Trainer autorizat pentru a preda cursuri de formare profesională. (Bestcor Training Center)

● CERTIFICĂRI

Certificări

Certificat de absolvire a cursurilor din cadrul *Departamentului pentru pregătirea personalului didactic*, nivel I

● ARTICOLE PUBLICATE ÎN REVISTE ȘTIINȚIFICE INTERNAȚIONALE

Lucrări publicate

- Bajinschi I.M., Abălașei B.A. (2026). Fascial synergy: the unseen dialogue between posture and motor control-a narrative review, *Sport and Society*, 26(1), <https://doi.org/10.36836/2026/01/02>
- Ionut Mihai BAJINSCHI, Bianca MIHUȚ, Beatrice Aurelia ABĂLAȘEI (2025). „Is Neck Pain the Effect of Ankle Instability?”. 11th International Conference of the Universitaria Consortium in Physical Education, Sports and Physiotherapy: EDUCATION FOR HEALTH AND PERFORMANCE, 17-18 Octombrie, Cluj-Napoca, România
- Ionuț Bajinschi (2024). [The role of myofascial chains in cervical pain management: a combined IASTM and post-isometric relaxation approach](https://doi.org/10.36836/22-24/11/2024). 10th International Conference of the Universitaria Consortium in Physical Education, Sports and Physiotherapy: THE FOOTBALL OF THE FUTURE-BETWEEN SCIENCE, SOCIETY AND SPORTS, 22-24 Noiembrie, Iași-România, pag.30-38, <https://doi.org/10.36836/22-24/11/2024>
- Ionuț Bajinschi, Beatrice Aurelia Abălașei (2023). IMPACT OF MYOFASCIAL CHAINS IN MUSCULOSKELETAL DISORDERS, Conferința internațională științifico-practică: Știința Tinerilor pentru Pace și Dezvoltare, Cernăuți, Ucraina