

CURRICULUM VITAE EUROPEO

INFORMAZIONI PERSONALI

ESPERIENZA LAVORATIVA

Istruttore/ Personal trainer

Palestra SportLife Srl, Este (PD), Italia

2018 - Presente

- Istruttore sala pesi
- Istruttore sala funzionale
- Istruttore di spinning e corso funzionale
- Personal trainer
- Preparatore sportivo

Istruttore corso ginnastica dolce per anziani

In sostituzione a Dott.ssa Martina Guglielmo, Deserto (PD), Italia

Maggio 2019 – Febbraio 2020

- Organizzazione e gestione del Corso
- Preparazione di programmi di allenamento di ginnastica dolce/posturale/adattata per anziani (over 60)

Allenatore gruppo sportivo atletica leggera

ASD Virtus Este (PD), Italia

Settembre 2019 – Settembre 2021

- Organizzazione e gestione degli allenamenti per le categorie ragazzi/cadetti/allievi
- Accompagnatore e gestione riscaldamento/preparazione per competizioni sportive agonistiche

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Universita' telematica San Raffaele Roma

Novembre 2020 - Presente

Laurea magistrale in Scienze delle attività motorie preventive e adattate

Universita' degli Studi di Padova

Settembre 2016 – Novembre 2019

Laurea triennale in Scienze motorie

IIS Euganeo, Este

Settembre 2011 – Giugno 2016

Diploma in Biotecnologie ambientali

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

MADRELINGUA: Italiano

ALTRE LINGUA: Inglese

- Capacità di lettura: Eccellente
- Capacità di scrittura: Eccellente
- Capacità di espressione orale: Buono

CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI

Ottime competenze relazionali e sociali, sia individualmente sia in situazioni di gruppo; ottimo livello di empatia e comprensione dei bisogni del singolo; ottime capacità di gestione del gruppo durante attività collettive.

Capacità e competenze sviluppate e maturate grazie all'esperienza lavorativa come allenatore di atletica leggera, istruttore e personal trainer in palestra, istruttore di corsi fitness e di gruppo.

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Organizzazione e gestione di sedute di allenamento sport specifiche, corsi fitness di gruppo, sessioni di personal training, protocolli di allenamento personalizzati e periodizzazione dell'allenamento nel breve-medio-lungo termine.

Capacità e competenze sviluppate e maturate grazie agli apprendimenti derivanti dal mio percorso di studi universitario ed all'esperienza lavorativa come allenatore di atletica leggera, istruttore e personal trainer in palestra, istruttore di corsi fitness e di gruppo.

CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

Buone conoscenze e capacità nell'utilizzo di computer e dispositivi elettronici correlati (dispositivi audio e video).

CAPACITÀ E COMPETENZE ARTISTICHE

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Eccellente conoscenza teorico-pratica di esercizi fisici appartenenti al mondo del fitness, palestra, powerlifting ed atletica leggera.

Competenze e conoscenze apprese durante il mio percorso di studi universitario, la mia esperienza lavorativa come istruttore in palestra e personal trainer ed il mio passato sportivo nell'atletica leggera (12 anni, di cui 7 a livello agonistico).

PATENTE O PATENTI

Patente auto tipo B

ULTERIORI INFORMAZIONI

ALLEGATI

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi dell'art. 26 della legge 15/68, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali.

Il sottoscritto autorizza il trattamento dei suoi dati personali, ai sensi del D.L.vo 196/2003 e del GDPR Regolamento Ue 2016/679.

Luogo/Data 12-02-2023
POISO (PD)

Firma

Luca Moretti