

CURRICULUM VITAE – ALESSANDRO MONDUZZI



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	Alessandro Monduzzi
Data e luogo di nascita	19 Agosto 1992, Castel San Pietro Terme (BO)
Indirizzo	Via della Milana 33/A, Imola (BO)
Telefono	3922908678
E-mail	ale.monduz@hotmail.it - alessandro.monduzzi@studio.unibo.it
Nazionalità	Italiana

IN BREVE

- Personal trainer, istruttore di sala e di corsi fitness [agosto 2023-giugno 2024].
- Responsabile preparazione atletica della Prima Squadra dell'Imolese Calcio 1919 – Lega Pro Girone B [Stagioni 2021-2022 & 2022-2023].
- Precedentemente: Preparatore atletico S.N.Notaresco – Serie D girone F [2020-2021].
- Precedentemente: Istruttore di sala pesi e Personal Trainer in palestra [2015-2020].
- **Preparatore Atletico Professionista FIGC** [Settore Tecnico Federale – Coverciano 2018].
- **Corso Allenatore di base - UEFA B Licensed** [Bologna 2017].
- Laurea Magistrale in Scienze Motorie all'Università di Bologna, **valutazione 110/110 con Lode** [2016].
- **Vincitore del Premio Rotary Club “Guido Paolucci” come “Miglior curriculum di laurea nell'anno 2015/2016 nella Scuola di Farmacia, Biotecnologie e Scienze Motorie”.**
- Ottima conoscenza della programmazione e di tutta la strumentazione necessaria per l'allenamento.

ESPERIENZE LAVORATIVE

Date(da-a)	Agosto 2023 – Giugno 2024.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Palestra MyClub , Via Umberto I°, 134/10, 35020 Casalserugo (PD).
Tipo di azienda o settore	Società Sportiva Dilettantistica.
Tipo di impiego	Personal Trainer, Istruttore di sala e di corsi fitness.
Principali mansioni e responsabilità	Gestione della sala attrezzi, lezioni individuali con i clienti al fine di soddisfare il raggiungimento dei loro obiettivi psicofisici.

Date(da-a)	Dicembre 2023 – Maggio 2024.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Luparense FC , Via L. da Vinci 9, 35018, San Martino dei Lupari (PD).
Tipo di azienda o settore	Società Sportiva Dilettantistica.
Tipo di impiego	Preparatore Atletico Prima Squadra – Serie D Girone C.
Principali mansioni e responsabilità	Responsabile della preparazione atletica della prima squadra; monitoraggio dei parametri fisici e delle capacità condizionali degli atleti. Recupero infortunati insieme allo staff sanitario.

<i>Date(da-a)</i>	Luglio 2021 – Giugno 2023.
<i>Nome e indirizzo del datore di lavoro</i>	Imolese Calcio 1919 , Via S.D'Acquisto, 40026 Imola (BO).
<i>Tipo di azienda o settore</i>	Società Sportiva Professionistica.
<i>Tipo di impiego</i>	Preparatore Atletico Prima Squadra – Lega Pro Girone B.
<i>Principali mansioni e responsabilità</i>	Responsabile della preparazione atletica della prima squadra; monitoraggio dei parametri fisici e delle capacità condizionali degli atleti. Recupero infortunati insieme allo staff sanitario.
<i>Date(da-a)</i>	Luglio 2020 – Giugno 2021.
<i>Nome e indirizzo del datore di lavoro</i>	San Nicolò Notaresco , Via Fosse Ardeatine, 64024, Notaresco (Te).
<i>Tipo di azienda o settore</i>	Società Sportiva Dilettantistica.
<i>Tipo di impiego</i>	Preparatore Atletico Prima Squadra – Campionato Nazionale Serie D – Girone F
<i>Principali mansioni e responsabilità</i>	Responsabile della preparazione atletica della prima squadra; monitoraggio dei parametri fisici e delle capacità condizionali degli atleti. Recupero infortunati insieme allo staff sanitario.
<i>Date(da-a)</i>	Agosto 2016 – Giugno 2020
<i>Nome e indirizzo del datore di lavoro</i>	Imolese Calcio 1919 , Via S.D'Acquisto, 40026 Imola (BO).
<i>Tipo di azienda o settore</i>	Società Sportiva Professionistica.
<i>Tipo di impiego</i>	Preparatore Atletico Berretti U19 [2019/2020]. Preparatore atletico della categoria Under 16 e recupero infortunati in prima squadra. [2018/2019-2019-2020]. Preparatore atletico-coordinativo della categoria Under 14 [2017/2018] e Under 13 [2016/2017].
<i>Principali mansioni e responsabilità</i>	Sviluppo delle capacità motorio-coordinativo-condizionali degli atleti, in funzione agli aspetti tecnico-tattici forniti dall'allenatore. Recupero infortunati Prima Squadra, Lega Pro – Girone B.
<i>Date(da-a)</i>	Settembre 2015 – Luglio 2020
<i>Nome e indirizzo del datore di lavoro</i>	Centro Sportivo Ortignola , Via Ortignola 3M, 40026 Imola (BO).
<i>Tipo di azienda o settore</i>	UISP (Unione Italiana Sport Per Tutti).
<i>Tipo di impiego</i>	Istruttore Fitness in palestra – Personal Trainer.
<i>Principali mansioni e responsabilità</i>	Sviluppo di piani di allenamento personalizzati, insegnamento (ed eventuale correzione) degli esercizi alle macchine e a corpo libero.
<i>Date(da-a)</i>	Agosto 2015 – Maggio 2018
<i>Nome e indirizzo del datore di lavoro</i>	A.C. Stella Azzurra , Via Tinti 1/A, 40026 Imola (BO).
<i>Tipo di azienda o settore</i>	Società sportiva dilettantistica.
<i>Tipo di impiego</i>	Allenatore della categoria Under 10 [2015/2016] Preparatore Atletico della prima squadra [2015/2016 – 2016/2017] Responsabile dello sviluppo delle capacità coordinative del settore giovanile [2016/2017 – 2017/2018].
<i>Principali mansioni e responsabilità</i>	Responsabile della crescita educativa, coordinativa, tecnico-tattica dei ragazzi del settore giovanile, e sviluppo delle capacità motorio-condizionali della performance dei giocatori della prima squadra.
<i>Date(da-a)</i>	Settembre 2013 – Maggio 2018
<i>Nome e indirizzo del datore di lavoro</i>	Atletica Imola Sacmi Avis , P.le Giovanni dalle Bande Nere 11, 40026 Imola (BO).
<i>Tipo di azienda o settore</i>	Società sportiva dilettantistica.
<i>Tipo di impiego</i>	Allenatore delle categorie “Esordienti A e B” (7-11anni).
<i>Principali mansioni e responsabilità</i>	Responsabile dello sviluppo educativo e sportivo dei bambini, con avviamento alle diverse discipline dell'atletica leggera. Attività a progetto nelle scuole elementari.

<i>Date(da-a)</i>	Settembre 2011- Maggio 2012
<i>Nome e indirizzo del datore di lavoro</i>	A.C. Tozzona Pedagna , Via Punta 24, 40026 Imola (BO).
<i>Tipo di azienda o settore</i>	Società sportiva dilettantistica.
<i>Tipo di impiego</i>	Preparatore motorio-coordinativo delle categorie Under 11-10-9.
<i>Principali mansioni e responsabilità</i>	Sviluppo delle capacità coordinative dei bambini, in relazione alle fasi sensibili dello sviluppo e alla disciplina del calcio.

<i>Date(da-a)</i>	Luglio 2010 lavoro estivo scolastico
<i>Nome e indirizzo del datore di lavoro</i>	Comune di Casalfiumanese , Piazza A.Cavalli 15, 40020 Casalfiumanese (BO).
<i>Tipo di azienda o settore</i>	Comune.
<i>Tipo di impiego</i>	Impiegato comunale.
<i>Principali mansioni e responsabilità</i>	Lavoro di ufficio.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

<i>Date(da-a)</i>	Ottobre 2014 – Luglio 2016
<i>Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</i>	Alma Mater Studiorum – Università di Bologna Facoltà di Farmacia, Biotecnologie e Scienze Motorie. Corso di Laurea in “Scienze e Tecniche delle Attività Motorie”. Studio approfondito delle materie trattate nella Laurea Triennale, con particolare attenzione alle metodologie di programmazione dell’allenamento nelle differenti discipline sportive. <u>Corsi principali:</u>
<i>Principali materie/abilità professionali oggetto dello studio</i>	Medicina dello sport, Fisiologia dello sport, Psicologia sportiva, Nutrizione e farmacologia applicata al mondo sportivo, Antropometria, Metodologia dell’allenamento, Scienza e tecnica degli sport individuali, Scienza e tecnica degli sport di squadra.
<i>Qualifica conseguita</i>	Laurea Magistrale, con valutazione 110/110 cum Laude. Titolo del progetto di tesi sperimentale: “ <i>Gli small-sided games nel calcio, analisi dell’impegno tecnico e fisico in campi di diverse dimensioni</i> ”. Relatore: Prof. Rocco di Michele.

<i>Date(da-a)</i>	Ottobre 2011 – Ottobre 2014
<i>Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</i>	Alma Mater Studiorum – Università di Bologna Facoltà di Farmacia, Biotecnologie e Scienze Motorie. Corso di Laurea in “Scienze delle attività motorie e sportive”. Capacità di gestione delle attività di tutti gli sport (di gruppo e individuali), sviluppo di programmi di allenamento individuali in funzione delle diverse problematiche e dei diversi obiettivi di un individuo, conoscenza delle varie fasi sensibili (e della loro crescita) nello sviluppo dei ragazzi, sapere come intervenire in caso di primo soccorso. <u>Corsi principali:</u>
<i>Principali materie/abilità professionali oggetto dello studio</i>	Anatomia umana, Biologia applicata e biomeccanica del corpo umano, Antropometria ed Ergonomia, Teoria e tecnica degli sport di squadra, Teoria e tecnica degli sport individuali, igiene, Traumatologia e primo soccorso.
<i>Qualifica conseguita</i>	Laurea Triennale, con valutazione 110/110 cum Laude. Titolo del progetto di tesi: “ <i>L’allenamento della potenza aerobica nel gioco del calcio attraverso l’uso delle partite a campo ridotto</i> ”. Relatore: Prof. Christian Ferrante.

<i>Date(da-a)</i>	Settembre 2006 – Luglio 2011
<i>Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</i>	Liceo Scientifico-Tecnologico “F.Alberghetti” Imola(BO).
<i>Principali materie</i>	Matematica, Chimica, Biologia, Fisica, Inglese.
<i>Qualifica conseguita</i>	Diploma di maturità scientifica, con valutazione 85/100

CAPACITA' E COMPETENZE PERSONALI

<i>Madrelingua</i>	Italiano.
<i>Altre lingue</i>	Inglese, idoneità livello B2 (Università di Bologna).
	Capacità di lettura Buona
	Capacità di scrittura Buona
	Capacità di esposizione orale Buona
<i>Capacità e competenze relazionali</i>	Ottima disponibilità e capacità relazionali verso colleghi quali allenatori e istruttori di palestra, nei confronti dei ragazzi allenati, dei relativi genitori e dei clienti della palestra. Apertura al lavoro di squadra, con voglia di apprendere e buone capacità organizzative.
<i>Patente</i>	Patente B, Automunito.

CAPACITA' E COMPETENZE TECNICHE

<i>Competenze Informatiche</i>	Buona conoscenza dell'utilizzo del computer e dei programmi più diffusi. Conoscenza del software Microsoft, del linguaggio Java e HTML. Abilità nell'utilizzo di programmi specifici per realizzare schede fitness personalizzate.
<i>Competenze Sportive</i>	<ul style="list-style-type: none">• Conoscenza dell'uso e delle funzioni della strumentazione presente in palestra.• Conoscenza nell'ambito della preparazione fisico-tecnica e dello sviluppo coordinativo, in particolare in relazione al calcio.• Conoscenza delle metodologie di allenamento e di tutti gli strumenti usati per valutare la performance e l'idoneità fisica.• Abilità nel realizzare un allenamento personalizzato.• Abilità nello stilare un piano riabilitativo post-infortunio.

PREMI E RICONOSCIMENTI

- 2° Classificato al progetto imprenditoriale "Experiment 9: la cucina delle idee imprenditoriali" e con lo stesso progetto 1°Classificato nella competizione regionale "Innovami", 2010.
- **Premio Miglior Laureato** per l'anno accademico 2013-2014 nel corso di **Laurea Triennale** in "Scienze delle Attività Motorie e Sportive".
- Attestato di **Vincitore del bando "Premi a favore di studenti meritevoli"**, nell'anno accademico 2015-2016.
- **Premio Miglior Laureato** per l'anno accademico 2015-2016 nel corso di **Laurea Magistrale** in "Scienze e Tecniche dell'Attività Sportiva".
- **Vincitore del premio Rotary Club "Guido Paolucci" come "Miglior curriculum di laurea per l'anno 2015-2016 nella scuola di Farmacia, Biotecnologie e Scienze Motorie".**
- Corso Allenatore di calcio UEFA B.
- **Preparatore Atletico Professionista FIGC.**

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. Inoltre, il sottoscritto autorizza al trattamento dei dati personali, secondo quanto previsto dalla Legge 675/96 del 31 dicembre 1996.

Padova, 04/06/2024

ALESSANDRO MONDUZZI