



ID/

## SOFT SKILL



## CONOSCENZE LINGUISTICHE

LINGUA MADRE: Italiano



INGLESE  
DISCRETA



## ESPERIENZE DI LAVORO/STAGE

**Preparatore Fisico**  
**RENDI CALCIO 1968**  
RENDE (CS)  
09/2020 - 10/2020

**Principali attività e responsabilità:** Responsabile della preparazione atletica del gruppo Juniores (campionato Interregionale)  
Assunto come: stagista/tirocinante

**Tutor attività motoria**  
**SPORT E SALUTE S.P.A**  
*Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo*  
BRONI (PV)  
01/2020 - 06/2020

**Principali attività e responsabilità:** Tutor durante le lezioni di educazione fisica nelle classi 4° e 5° dell'Istituto Comprensivo Broni (PV)  
Assunto come: stagista/tirocinante - a tempo determinato | Area aziendale: risorse umane, formazione

**Personal trainer**  
**LAMA**  
PAVIA (PV)  
04/2019 - 05/2020

**Principali attività e responsabilità:** Osservazione e svolgimento di attività fisica adattata in soggetti disabili nell'ambito del progetto: 'Abili si diventa'.  
Assunto come: stagista/tirocinante - tirocinio durante gli studi

**Chinesiologo**  
**MOFI CENTER SAS**  
COSENZA (CS)  
06/2019 - 07/2019

**Principali attività e responsabilità:** Observation and coaching during the performance of physical activity adapted for the return to sport.  
Assunto come: stagista/tirocinante - tirocinio durante gli studi

**Personal Trainer**  
**TOP S.R.L**  
*Servizi ricreativi e culturali*  
PAVIA (PV)  
04/2019 - 05/2019

**Principali attività e responsabilità:** Tecnico-didattico per attività motoria per ogni età (bambini, adulti anziani); Tecnico-didattico per attività motoria mirata al 'Return to Sport' di atleti professionisti ed amatori  
**Competenze e obiettivi raggiunti:** Saper lavorare in un team di professionisti, imparare concetti importanti quali programmazione di protocolli di lavoro per atleti da riatletizzare (sport specifici)  
Assunto come: stagista/tirocinante - tirocinio durante gli studi

**Motor sciences teacher**  
**LICEO SCIENTIFICO VALENTINI**  
*Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo*  
COSENZA (CS)  
03/2018 - 05/2018

**Principali attività e responsabilità:** Sono state svolte lezioni nell'ambito delle Scienze Motorie sia in forma pratica che in forma teorica.  
Assunto come: stagista/tirocinante - tirocinio durante gli studi | Area aziendale: risorse umane, formazione

**Preparatore fisico**  
**SCUOLA CALCIO MARCA**  
COSENZA (CS)  
09/2016 - 06/2017

**Principali attività e responsabilità:** Preparazione fisico-sportiva categoria Giovanissimi Regionali  
Attività di volontariato/associazionismo

## ISTRUZIONE

**DOTTORATO**  
2021 - 2024  
**SALUTE IN CORSO**

Università degli Studi di GENOVA  
**Neuroscienze: curriculum scienze motorie e sportive**  
Data presunta di conseguimento: 2024



**LAUREA MAGISTRALE**  
2018 - 2020  
**TITOLO CERTIFICATO**



**Università degli Studi di PAVIA**  
**Dipartimento di Sanità Pubblica, Medicina Sperimentale e Forense**  
**Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate**  
LM-67 - Laurea Magistrale in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate

Titolo della tesi: **Sprint Up: un nuovo strumento per l'allenamento dello sprint e dei cambi di direzione nei calciatori** | Relatore: ZANETTI CARLO

Età al conseguimento del titolo: 25 | Durata ufficiale del corso di studi: 2 anni

Votazione finale: **110/110 con lode**

Data di conseguimento: 23/07/2020

**LAUREA**  
2015 - 2018  
**TITOLO CERTIFICATO**



**Università degli Studi 'Magna Graecia' di CATANZARO**  
**Dipartimento di Scienze Mediche e Chirurgiche**  
**Scienze motorie e sportive**

L-22 - Laurea in Scienze delle attività motorie e sportive

Titolo della tesi: **CAPACITA' DI FORZA E ASPETTI PSICOLOGICI, APPROCCIO SPERIMENTALE.** | Materia: PSICOBIOLOGIA E PSICOLOGIA FISILOGICA | Relatore: VACCARO MARIA GRAZIA | Parole chiave: Pallavolo, Forza, Personalità, Alessitimia, Ansia

Età al conseguimento del titolo: 23 | Durata ufficiale del corso di studi: 3 anni

Votazione finale: **110/110**

Data di conseguimento: 24/07/2018

**MATURITÀ TECNICA**  
2015

Voto Diploma: **97/100**

Tipo Diploma: **diploma italiano**



## COMPETENZE INFORMATICHE

**OFFICE AUTOMATION**

**Elaborazione testi:** (Intermedio) | **Fogli elettronici:** (Intermedio) | **Suite da ufficio:** (Intermedio) | **Web Browser:** (Avanzato)

**GESTIONE SISTEMI E RETI**

**Sistemi Operativi:** (Intermedio)

**GRAFICA E MULTIMEDIA**

(Base)



## CONVEGNI E SEMINARI

**SEMINARIO**  
25/03/2021

**Il recupero e la rigenerazione dell'atleta**, Università di Pavia  
Evento formativo per gli studenti del Corso di Laurea in Scienze Motorie e Sportive dell'Università di Pavia  
Ruolo: Relatore/Speaker  
[www-3.unipv.it/scienzemotorie/il-recupero-e-la-rige...](http://www-3.unipv.it/scienzemotorie/il-recupero-e-la-rige...)



## PUBBLICAZIONI

**ALTRO**  
2021

**Pasquale Salerno; Andrea Roncari**, Ipertrofia Sarcoplasmatica o Miofibrillare  
Articolo divulgativo  
[www.projectinvictus.it/ipertrofia-miofibrillare-sarco...](http://www.projectinvictus.it/ipertrofia-miofibrillare-sarco...)

**ALTRO**  
2020

**Pasquale Salerno; Andrea Biasci**, Il recupero muscolare dopo l'allenamento  
Articolo divulgativo  
[www.projectinvictus.it/recupero-muscolare-dopo-al...](http://www.projectinvictus.it/recupero-muscolare-dopo-al...)

**ARTICOLO SU RIVISTA**  
2020

**Pasquale Salerno, Carlo Zanetti**, Sprint-Up: a new device for sprint and change of direction training in footballers  
Rivista: Sport performance & science reports  
Editore: Martin Buchheit, Yann Le Meur, Mathieu Lacome, Christopher Thomas

