



Obiettivo Professionale

Voglio applicare le conoscenze nell'ambito delle Scienze Motorie acquisite durante gli studi nell'ambito sportivo, scolastico, fitness, e nell'ambito dell'attività motoria adattata nelle diverse patologie.



ESPERIENZE DI LAVORO/STAGE

Preparatore Fisico
RENDE 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

SOFT SKILL

Autonomia **10/10**
Fiducia in se stessi **10/10**
Flessibilità/Adattabilità **10/10**
Resistenza allo stress **7/10**
Capacità di pianificare e organizzare **8/10**
Gestire le informazioni **9/10**
Precisione/Attenzione ai dettagli **9/10**
Apprendere in maniera continuativa **10/10**
Conseguire obiettivi **10/10**
Intraprendenza/Spirito d'iniziativa **10/10**
Capacità comunicativa **8/10**
Problem Solving **8/10**
Team work **10/10**
Leadership **10/10**

CONOSCENZE LINGUISTICHE

LINGUA MADRE: Italiano



INGLESE
DISCRETA B1 B1 B1 B1 B1

PROSPETTIVE FUTURE E LAVORO CERCATO

INTENZIONE PROSEGUIMENTO STUDI: **SI** /
Laurea magistrale

SETTORE ECONOMICO: **1.** istruzione,
formazione, ricerca e sviluppo

AREA PROFESSIONALE: **1.** produzione

OCCUPAZIONE DESIDERATA:

Preparatore Fisico

PROVINCIA PREFERITA: **1. COSENZA / 2.**
PAVIA

DISPONIBILITÀ A TRASFERTE:

Sì, in numero limitato

DISPONIBILITÀ A TRASFERIRSI ALL'ESTERO:

Sì, ma solo in Europa



ISTRUZIONE

DOTTORATO
2021 - 2024
STUDI 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...



PUBBLICAZIONI

ALTRO
2021

Pasquale Salerno; Andrea Roncari, Ipertrofia Sarcoplasmatica o Miofibrillare
Articolo divulgativo
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...

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

