

INFORMAZIONI PERSONALI

Mario Andrea Nani

OCCUPAZIONE PER LA QUALE
SI CONCORRE

INSEGNANTE DI MOTORIA - MASSOTERAPISTA

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Da Ottobre 2019 a Maggio 2023	Docente di Discipline sportive ed Educazione Fisica presso il CFP Zanardelli di Ponte di Legno (Bs)
Da Settembre 2019	Apertura Partita IVA Titolare MoveBetter – Ceto (Bs) Libero Professionista in ambito sportivo – Massoterapista - Personal trainer Tirocinio curricolare Centro Rehabilita - Brescia e Istituto Pia Fondazione di Vallecamonica Onlus da Gennaio 2018 a Maggio 2018 e da Gennaio 2019 a Maggio 2019 Fisioterapia, terapie fisiche, idrokinesiterapia, kinesiterapia e massaggi. Aiuto ai fisioterapisti della struttura.
Ottobre 2017 a Gennaio 2019	Centro di visite specialistiche, riabilitazione e fisioterapia Personal Trainer Palestra "Individual Training" Erbusco Centro di personal training Programmazione e controllo allenamento dei clienti
Novembre 2015 a Luglio 2017	Istruttore in sala pesi e personal trainer Palestra "Athletic Center" Via Guadalupe 18, Breno Palestra privata Aiuto in sala pesi, programmazione e controllo allenamento dei clienti
Gennaio 2017 a Giugno 2017	Tutor di educazione fisica per il progetto "Sport di Classe" Coni Lombardia S.p.a. Scuole elementari di Bienno e Berzo
Febbraio 2015 – Aprile 2015	Tirocinio curricolare Palestra "M2" Via Vergnano 89, Brescia Palestra privata Aiuto clienti in sala pesi
Giugno 2013 – Agosto 2013 (150 ore) e Giugno 2014 – Agosto 2014 (100 ore)	Tirocinio curricolare Palestra "Il Centro" Via G.B. Gregorini 2, Darfo B.T. Palestra privata Aiuto clienti in sala pesi

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Ottobre 2017 a maggio 2019	Diploma di massoterapista MCB Centro Studi Synapsy – Brescia - valutazione 85/100 Metodologia del massaggio, Massaggio terapeutico, Linfodrenaggio, Idrokinesiterapia, Idroterapia, Bendaggio funzionale e Taping, Terapia fisica strumentale, Massaggio sportivo, connettivale, fasciale, decontratturante e miorilassante
01/05/16	Istruttore di Kickboxing (FIKBMS) Psicologia dello Sport, Anatomia e fisiologia, Metodologia dell'allenamento, Periodizzazione, Alimentazione. Doping, Arbitraggio

Settembre 2012 – Ottobre 2015 Laurea in **Scienze Motorie** valutazione **91/110** con discussione tesi sulla metodologia di allenamento negli sport da combattimento

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI BRESCIA

Anatomia, Biochimica, Fisiologia, Metodologia dell'allenamento

Settembre 2008 – Luglio 2012 Diploma di Istituto Tecnico - **Geometra Progetto Cinque** - valutazione **73/100**

Diploma di Scuola Media Superiore

I.T.C.G. OLIVELLI di Darfo Boario Terme (Bs)

Topografia, Costruzioni, Disegno e Progettazione

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre

Italiano

Altre lingue

	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B2	B2	B2	B2	B2
Francese	A1	A1	A1	A1	A1

Livelli: A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato

Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative

Possiedo buone competenze comunicative acquisite durante il mio percorso formativo scolastico, lavorativo ed agonistico
Sono predisposto a lavorare in squadra ed a relazionarmi con altre persone, in particolare mi viene spontaneo in ambito lavorativo il dialogo e l'interazione con colleghi e superiori.
Buona è la mia capacità di trasferire informazioni sia in modo verbale che scritto.
Durante i periodi di lavoro e di stage sono stato in grado di svolgere i compiti assegnatimi rispettando i tempi e i metodi di realizzazione.

Competenze organizzative e gestionali

Pratico a livello agonistico Kick boxing, sono atleta della Nazionale Italiana seniores da sei anni, 12 volte campione italiano e terzo classificato ai campionati europei in Slovenia nel 2014, ai mondiali in Ungheria nel 2017 e agli europei di Bratislava nel 2018.
Vincitore di sette coppe del mondo ad Innsbruck, a Rimini e a Dublino.

Competenze professionali

Con il diploma di "Massoterapista" ho acquisito una solida preparazione professionale con competenze operative atte alla prevenzione, cura e riabilitazione. Sono in grado di: lavorare sia in strutture pubbliche che private, svolgere tutte le terapie di massaggio e di fisioterapia in ausilio all'opera dei medici, ginnastica correttiva nelle deviazioni di colonna vertebrale, ginnastica respiratoria, esame muscolare, riabilitazione dei postumi di patologie traumatiche, reumatiche, congenite, algiche dell'apparato locomotore, ecc...

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
INTERMEDIO	INTERMEDIO	INTERMEDIO	INTERMEDIO	INTERMEDIO

Livelli: Utente base - Utente intermedio - Utente avanzato

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

Conoscenza degli applicativi Microsoft e del pacchetto Office

Buona conoscenza del disegno tecnico e del relativo software di esecuzione AUTOCAD

Elaborazione testi con Microsoft Word – Excel – Posta elettronica con Microsoft Outlook
Buona capacità di navigare in Internet

Altre competenze Preparazione atletica degli sportivi al fine del perfezionamento della tecnica.
Sono in grado di saper motivare gli atleti, perché rispettino i programmi di allenamento previsti e portino avanti con costanza il processo di apprendimento della disciplina.
Sono in grado di valutare gli atleti, in modo da identificare i punti di forza e le debolezze e su questa base calibrare la preparazione, elaborando piani di allenamento che combinino il potenziamento fisico e atletico con l'approfondimento teorico e tattico delle discipline sportive.
Studiando e praticando a livello agonistico Kickboxing ho sviluppato un'ottima capacità organizzativa sia per quanto riguarda la vita privata che lavorativa.

Patente di guida A
B

ULTERIORI INFORMAZIONI **Corso per l' utilizzo del defibrillatore (BLSD)**

Riconoscimenti e premi La pratica agonistica della Kickboxing mi ha portato a ricevere parecchi premi sia a livello Nazionale, Regionale che Locale.

Appartenenza a gruppi / associazioni
Referenze

Atleta della Nazionale Italiana Kickboxing seniores;
Atleta della Vallecamonica Kickboxing – Associazione Sportiva Dilettantistica affiliata alla FIKBMS.

ALLEGATI

"Il sottoscritto, ai sensi e per gli effetti delle disposizioni contenute negli articoli 46 e 47 del decreto del Presidente della Repubblica 28 dicembre 2000, n. 445 e consapevole delle conseguenze derivanti da dichiarazioni mendaci ai sensi dell'articolo 76 del predetto D.P.R. n. 445/2000, sotto la propria responsabilità dichiara che le informazioni contenute nel presente curriculum corrispondono a verità"

Firma 

"Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e del GDPR (Regolamento UE 2016/679)".

Firma 

Cerveno, 23 Agosto 2023

Firma 

