

INFORMAZIONI PERSONALI

Ivan Voltolini

OCCUPAZIONE PER LA
QUALE SI CONCORRE
POSIZIONE RICOPERTA
OCCUPAZIONE DESIDERATA
TITOLO DI STUDIO

Docente per istruttori Fitness
Libero professionista
Docenza
Laurea triennale Scienze Motorie

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

da feb. 2025 a attuale

Prehab reeducation Trainer

Centro Fisioterapico FIOS, Bagnolo Mella

- Riatletizzazione post infortunio, ginnastica posturale, ginnastica per pazienti neurologici
[Riabilitazione](#)

da mar. 2025 a attuale

Prehab reeducation Trainer

Centro Fisioterapico Biomedical, Rovato

- Riatletizzazione post infortunio, ginnastica posturale, ginnastica per pazienti neurologici
[Riabilitazione](#)

da apr. 2025 a attuale

Personal Trainer

Fitup, cellatica

- Programmazione e svolgimento esercizi in sala pesi
[Fitness](#)

da feb. 2025 a attuale

Strength conditioning coach (Volley)

Bassa Bresciana Volley

- Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento della squadra: seniores (serie C)
[Sport](#)

da feb. 2025 a attuale

Consulente

Pitro Boxing Club A.S.D.

- Consulenza metodologica sulla preparazione fisica degli sport di combattimento
[Sport](#)

da feb. 2024 a attuale

Ideatore e formatore del Corso: allenamento fisico funzionale nei settori giovanili

- Corso diretto agli allenatori e preparatori dei settori giovanili
[Sport](#)

- da dic. 2018 a giu 2024 **Strength conditioning coach (Basket) & Prehab reeducation Trainer**
NBB Mazzano SNC
- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento e Riatletizzazione post infortunio della squadra: seniores (serie C) e settore giovanile
- [Sport](#)
- da lug. 2009 a feb. 2025 **Personal Trainer/Assistente di Sala pesi**
Franciacorta Fitness Gussago
- Programmazione e svolgimento esercizi in sala pesi
- [Fitness](#)
- da set. 2022 a giu 2023 **Strength conditioning coach (Rugby) & Prehab reeducation Trainer**
Rugby Rovato
- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento e Riatletizzazione post infortunio della squadra: settore giovanile e assistente preparatore alla seniore (serie B)
- [Sport](#)
- da set. 2015 a giu 2020 **Strength conditioning coach (Pallanuoto) & Prehab reeducation Trainer**
An Brescia
- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento e Riatletizzazione post infortunio della squadra: seniores maschile (A1) Femminile (A2) e settore giovanile
- [Sport](#)
- da set. 2015 a giu 2020 **Strength conditioning coach (Pallanuoto) & Prehab reeducation Trainer**
Brescia Waterpolo
- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento e Riatletizzazione post infortunio della squadra: seniores maschile (A2) e settore giovanile
- [Sport](#)
- da giu. 2019 a giu 2019 **Relatore al congresso "SPALLA&SPORT"**
Organizzato dal Centro congressi Ospedale San Gerardo Monza
- Relatore sulle problematiche della spalla nella pallanuoto professionistica, strategie preventive e metodologie infortunio
- [Sport](#)
- da set. 2021 a giu. 2024 **Strength conditioning coach (Badminton) & Prehab reeducation Trainer**
Brescia Sportpiù
- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento e Riatletizzazione post infortunio
- [Sport](#)
- da ott. 2012 a ago. 2020 **Strength conditioning coach (Nuoto) & Prehab reeducation Trainer**
Vittoria Alata

- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento e Riatletizzazione post infortunio per atleti assoluti di nuoto

Sport

da feb. 2012 a ott. 2017

Strength conditioning coach (Rugby) & Prehab reeducation Trainer

Rugby Franciacorta

- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento e Riatletizzazione post infortunio della squadra: seniores maschile e cadetta maschile

Sport

da set. 2013 a ott. 2016

Strength conditioning coach (Rugby) Allenatore under 14

Rugby Botticino

- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento o della squadra: seniores maschile e allenatore dell'Under 14

Sport

da feb. 2012 a ott. 2017

Strength conditioning coach (Motociclismo) & Prehab reeducation Trainer

LZ A.S.D.

- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento del pilota Lorenzo Zanetti ,militante nel campionato mondiale superbike e supersport

Sport

da set. 2013 a ott. 2016

Strength conditioning coach (Motociclismo) & Prehab reeducation Trainer

Motoclub A.S.D. Esseservice

- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento del pilota Stefano Valtulini ,militante nel campionato mondiale MOTO 3, C.E.V. e C.I.V

Sport

da set. 2010 a giu 2016

Strength conditioning coach (Nuoto)

Rezzato Nuoto A.S.D.

- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento dir atleti giovanili di nuoto

Sport

da set. 2011 a ago. 2018

Strength conditioning coach (Nuoto)

Nuoto Franciacorta A.S.D.

- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento di atleti giovanili di nuoto

Sport

da set. 2004 a giu. 2012

Coach Giovanili (Rugby)

Rugby Gussago

- Allenatore settore giovanile

Sport

da set. 2012 a a dic. 2013

Strength conditioning coach (Nuoto)

Canottieri Garda Salò A.S.D.

- Responsabile della Programmazione e svolgimento di programmi di allenamento di atleti giovanili di nuoto

Sport

da lug. 2008 a lug. 2009

Personal Trainer/Assistente di Sala pesi

Gym Tonic

- Programmazione e svolgimento esercizi in sala pesi

da feb. 2007 a giu. 2008

Personal Trainer/Assistente di Sala pesi

Gym Tonic

- Programmazione e svolgimento esercizi in sala pesi

Fitness

da set. 2001 a a dic. 2012

Educatore Motorio presso le scuole primarie e secondarie nel progetto rugby nelle scuole

Rugby Rovato, Rugby Lumezzane, Rugby Gussago

- Insegnante di motoria inserito nel progetto rugby nelle scuole

Sport

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

[Inserire separatamente i corsi frequentati iniziando da quelli più recenti.]

da set. 2005 a lug. 2007

Laurea triennale in scienze motorie

Sostituire con il livello QEQ o altro, se conosciuto

Università degli studi di brescia

- Metodologia dell'allenamento
- Anatomia/Biomeccanica
- Lavoro tecnico sportivo
- Prevenzione Infortuni
- Ginnastica posturale

da set. 2024 a giu. 2025

Metodologia dell'allenamento del rugby nel settore minirugby

Akkademia 13

- Metodologia dell'allenamento pre puberale nel gioco del rugby (mini rugby)

da feb.. 2025 a feb.. 2025

Pediatric meniscal injuries

Centro congressi Ospedale San Gerardo di monza e Transalpine center pediatric sport medicine and surgery (Grenoble)

- Statistiche infortunio al menisco in età pre puberale
- Modalità di intervento chirurgico
- Modalità per la prevenzione

da apr. 2024 a lug. 2024

Preparatore Nazionale pallacanestro

F.I.P

- Preparazione Fisica nel basket di alto livello
- Modello prestativo nel Basket
- Prevenzione agli infortuni del Basket
- Lavoro Forza nel Basket
- Lavoro Aerobico nel Basket
- Lavoro funzionale alle Skills nel Basket

da giun. 2022 a lug. 2022

Preparatore di base pallacanestro

F.I.P Lombardia

- Preparazione Fisica nel basket giovanile
- Prevenzione agli infortuni del Basket
- Lavoro Forza nel Basket giovanile
- Lavoro Aerobico nel Basket giovanile
- Lavoro funzionale alle Skills nel Basket giovanile

da dic. 2021 a dic. 2021

Cruciate ligament injuries in young athletes

Centro congressi Ospedale San Gerardo di monza e Transalpine center pediatric sport medicine and surgery (Grenoble)

- Statistiche infortuni del ginocchio in età pre puberale
- Modalità di intervento chirurgico
- Modalità per la prevenzione

da giu. 2019 a giu. 2019

Spalla&Sport

Centro congressi Ospedale San Gerardo di monza

- Statistiche infortuni della spalla in atleti adulti e giovani
- Modalità di intervento chirurgico
- Modalità per la prevenzione

da giu. 2018 a lug. 2018

Coaching nello Sport di alto livello

Psicologo Sportivo Dott. Alessandro Visini

- Gestione del gruppo
- Resilienza
- Approccio
- Determinazioni e raggiungimento degli obiettivi di squadra ed individuale degli atleti

da giu. 2018 a lug. 2018

Master profesional en alto rendimiento deporte de equipo

F.C. Barcelona Futbol, I.N.E.F.C. Barcelona, Biomedic center de Barcelona

- Preparazione sport di squadra di alto livello
- Metodologia di allenamento della forza
- Metodologia di allenamento cardiovascolare
- Come strutturare una seduta di allenamento

da giu. 2018 a lug. 2018 **Preparatore Fisico Specialista adolescenti e Adulti nel Rugby**

F.I.R.

- Preparazione Fisica nel Rugby di alto livello e giovanile
- Modello prestativo nel Rugby
- Prevenzione agli infortuni del Rugby
- Lavoro Forza nel Rugby
- Lavoro Aerobico nel Rugby
- Lavoro funzionale alle Skills nel Rugby

da giu. 2018 a lug. 2018 **Allenatore 1° livello**

F.I.R.

da giu. 2018 a lug. 2018 **Coaching nello Sport di alto livello**

Psicologo Sportivo Dott. Alessandro Visini

- Gestione del gruppo
- Resilienza
- Approccio
- Determinazioni e raggiungimento degli obiettivi di squadra ed individuale degli atleti

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

COMPRENSIONE

PARLATO

PRODUZIONE
SCRITTA

	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Spagnolo	Ottimo	Buono	discreto	Discreto	

Competenze comunicative

- capacità di **motivazione e leadership comunicativa**, maturate nella gestione di giocatori di squadra e collaboratori.
- **Ascolto attivo e empatia**, sviluppati nel lavoro di gruppo e nella relazione con allenatori, staff tecnico e atleti.
- **Chiarezza e sintesi nella comunicazione**, anche in situazioni di pressione o durante competizioni di alto livello.
- **Gestione efficace dei conflitti** e capacità di mediare tra punti di vista diversi.
- **Public speaking e comunicazione motivazionale**, utilizzati per guidare il gruppo e rappresentare la squadra in contesti ufficiali.
- **Capacità di adattamento comunicativo**, nel passaggio tra contesti tecnici, istituzionali e mediatici (interviste, sponsor, eventi).
-

Competenze organizzative e gestionali

- **Leadership** – sviluppata nel coordinamento di squadra e staff tecnico; attualmente responsabile dell'organizzazione e della motivazione di un gruppo di [numero] atleti/collaboratori.
- **Gestione del team** – esperienza nella pianificazione di obiettivi, nella distribuzione dei ruoli e nella valutazione delle performance individuali e di gruppo.
- **Capacità di pianificazione e gestione del tempo** – acquisite nella programmazione di allenamenti, gare e trasferte, garantendo efficienza e puntualità.
- **Problem solving operativo** – sviluppato nella gestione di imprevisti durante competizioni o eventi sportivi, mantenendo lucidità e rapidità decisionale.
- **Organizzazione di eventi e attività** – esperienza nella gestione logistica e comunicativa di eventi sportivi, raduni e stage di preparazione.
- **Gestione delle risorse umane e motivazione del gruppo** – maturata nella conduzione quotidiana del team e nella creazione di un clima di fiducia e collaborazione.
- **Orientamento ai risultati** – derivato da anni di attività agonistica di alto livello, con forte attenzione al raggiungimento di obiettivi misurabili e al miglioramento continuo.

Competenze professionali

Capacità di pianificazione e periodizzazione dei carichi di lavoro, in funzione degli obiettivi stagionali e delle caratteristiche dell'atleta.

Gestione del processo di riatletizzazione post infortunio, con attenzione al recupero funzionale e alla prevenzione delle recidive.

Competenze nell'insegnamento e supervisione del weight training, con focus su tecnica, sicurezza e progressione dei carichi.

Esperienza nell'insegnamento della pesistica olimpica, finalizzata al miglioramento della forza esplosiva e del controllo motorio.

Competenze tecniche nell'insegnamento della corsa, sia in ambito di performance che di prevenzione infortuni.

Elevata capacità di individualizzazione dei programmi di lavoro, adattati al singolo atleta e alle specifiche esigenze di ciascuno sport.

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Discrete	Buone	Ottime	Scarso	Sufficienti

- **Buona capacità di utilizzo di software per la gestione e l'analisi dell'allenamento**, incluse piattaforme per il monitoraggio delle prestazioni e la pianificazione dei carichi di lavoro.
- **Ottima conoscenza del pacchetto Microsoft Office**, in particolare **Excel**, con esperienza nella **creazione di fogli di calcolo personalizzati** per l'elaborazione di dati, analisi dei carichi, tabelle di progressione e report statistici.
- **Buona padronanza di Adobe Photoshop** e strumenti di grafica digitale, competenze consolidate grazie al **diploma di Grafico Pubblicitario**.

Patente di guida

Sostituire con la categoria/e della patente di guida. Esempio:
B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni
 Presentazioni
 Progetti
 Conferenze
 Seminari
 Riconoscimenti e premi
 Appartenenza a gruppi /
 associazioni
 Referenze
 Menzioni
 Corsi
 Certificazioni

ALLEGATI

LA

"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 _____

Luogo, data
 Brescia 22/10/2025

Firma _____