



Curriculum Vitae Europass

Informazioni personali

Nome / Cognome
Indirizzo
Telefono
E-mail - Web
Codice Fiscale e Partita Iva
Cittadinanza
Data di nascita

Rosso Francesco

Via Mantova 88/4 – 33100 Udine
+39 0432 1743809
francescorosso@live.com – www.francescorosso.net
C.F. RSSFNC86M29E473C
Italiana
29 agosto 1986

Cellulare: +39 340 5841959



Occupazione desiderata/Settore professionale

Dottore magistrale in Scienza dello Sport – Chinesiologo
Docente di educazione motoria – Istruttore sportivo
Preparatore fisico – Personal trainer

Esperienza professionale

| | |
|---------------------------------------|--|
| Date | Gennaio 2017 – Giugno 2017 |
| Lavoro e posizione ricoperti | Insegnante di educazione motoria |
| Principali attività e responsabilità | <ul style="list-style-type: none">• Organizzazione e docenza corso di educazione motoria.• Progetti: i rischi del fumo; la corretta postura; la nutrizione.• Conferenze: sensibilizzazione sui temi della disabilità nello sport; gli effetti del doping; la corretta esecuzione degli esercizi in palestra. |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | IAL FVG – Udine, via del vascello 1 – 33100 Udine |
| Tipo di attività o settore | Insegnante |
| Date | Gennaio 2016 – Aprile 2016 |
| Lavoro e posizione ricoperti | Insegnante ginnastica per anziani |
| Principali attività e responsabilità | Conduzione, programmazione e progettazione di 15 incontri di formazione teorica e ginnastica a corpo libero all'interno del progetto "+ movimento migliore alimentazione + salute". |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | Associazione AUSER Volontariato ALTO FRIULI, via Campagnola 15,33013 Gemona del Friuli (UD) |
| Tipo di attività o settore | Insegnante |
| Date | Agosto 2015 – Settembre 2015 |
| Lavoro e posizione ricoperti | Insegnante ginnastica |
| Principali attività e responsabilità | Conduzione, programmazione e progettazione di 40 ore di ginnastica a corpo libero all'interno del progetto "Italiano in...movimento". |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | A.S.D. Sport Movimento Salute e Ass. Nuovi Cittadini Udine |
| Tipo di attività o settore | Insegnante |
| Date | Febbraio 2015 – Marzo 2015 |
| Lavoro e posizione ricoperti | Insegnante ginnastica per anziani |
| Principali attività e responsabilità | Conduzione, programmazione e progettazione di 10 incontri di ginnastica a corpo libero all'interno del progetto "+ movimento migliore alimentazione + salute". |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | Associazione AUSER Volontariato ALTO FRIULI, via Campagnola 15,33013 Gemona del Friuli (UD) |

| | |
|---------------------------------------|---|
| Tipo di attività o settore | Insegnante |
| Date | Settembre 2014 – attuale |
| Lavoro e posizione ricoperti | Insegnante di Educazione Motoria |
| Principali attività e responsabilità | <ul style="list-style-type: none"> • Organizzazione e docenza corso di educazione motoria. • Progetti: i rischi del fumo; la corretta postura; la nutrizione. |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | Cefap FVG – Vicolo Resia, 3 - Codroipo (UD) e Via dell'industria, 12 – Tolmezzo (UD) |
| Tipo di attività o settore | Docenza |
| Date | Marzo 2014 – Maggio 2014 |
| Lavoro e posizione ricoperti | Tutor del Progetto <i>Time Out</i> Friuli-Venezia Giulia |
| Principali attività e responsabilità | Conduzione della sezione riguardante la postura e il portamento di scolari e studenti, nell'ambito del modulo relativo alla docenza. |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca |
| Tipo di attività o settore | Insegnante |
| Date | Settembre 2010 - attuale |
| Lavoro e posizione ricoperti | Insegnante |
| Principali attività e responsabilità | Programmazione e conduzione corsi di ginnastica antalgica, posturale e corpo libero |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | Palagym s.a.s. – Via Martignacco, 187 – 33100 Udine |
| Tipo di attività o settore | Insegnante |
| Date | Settembre 2010 – attuale |
| Lavoro o posizione ricoperti | Insegnante di Educazione Motoria |
| Principali attività e responsabilità | <ul style="list-style-type: none"> • Organizzazione e docenza corso di educazione motoria. • Progetti: i rischi del fumo; la corretta postura; la nutrizione. • Conferenze: sensibilizzazione sui temi della disabilità nello sport; gli effetti del doping; la corretta esecuzione degli esercizi in palestra. • Realizzazione di eventi sportivi in collaborazione con l'Ente di promozione sportiva del Friuli Venezia Giulia. |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | Enaip FVG – Via Leonardo da Vinci, 27 - Pasian di Prato (UD) |
| Date | Agosto 2009 – Maggio 2015 |
| Lavoro e posizione ricoperti | Preparatore fisico |
| Principali attività e responsabilità | Programmazione e sviluppo preparazione fisica di pallacanestro |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | A.I.B.I. Fogliano (Maschile: serie C reg., U19, U17, U15, U13; Femminile: Serie B, U17, U15, U14) - Cestistica Fagagna (serie D) – Snaidero Udine (U17/U19) – Virtus Udine (serie C dil.) |
| Tipo di attività o settore | Istruttore sportivo |
| Date | Marzo 2010 – Giugno 2010 |
| Lavoro o posizione ricoperti | Insegnante di Educazione Motoria |
| Principali attività e responsabilità | Programmazione e sviluppo progetto di educazione motoria nella scuola primaria |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | Istituto Comprensivo di Palmanova, scuola primaria M.Gigante di Trivignano Udinese (UD) |
| Tipo di attività o settore | Istruzione |
| Date | Ottobre / Dicembre 2008 Marzo / Maggio 2009 |
| Lavoro o posizione ricoperti | Insegnante di Educazione Motoria |
| Principali attività e responsabilità | Programmazione e sviluppo progetto di educazione motoria scuola primaria |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | Istituto Comprensivo di Palmanova, scuola primaria D.Alighieri - Palmanova (UD) |

| | |
|---------------------------------------|--|
| Tipo di attività o settore | Docenza |
| Date | Ottobre 2007 – Aprile 2008 |
| Lavoro o posizione ricoperti | Insegnante |
| Principali attività e responsabilità | Programmazione, conduzione e gestione corso di ginnastica antalgica e posturale |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | ASD Azzurra c/o centro Benessere Aquarius di Magnano in Riviera (UD) |
| Tipo di attività o settore | Insegnante |
| Date | Ottobre 2007 – Giugno 2010 |
| Lavoro o posizione ricoperti | Insegnante |
| Principali attività e responsabilità | Programmazione, conduzione e gestione percorsi personalizzati di ginnastica |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | One to One Wellness Coaching s.a.s., Via Giovanni da Udine, 17 – 33058 S.Giorgio di Nogaro |
| Tipo di attività o settore | Insegnante – Wellness coach |
| Date | Luglio / Settembre 2007 |
| Lavoro o posizione ricoperti | Animatore Sportivo |
| Principali attività e responsabilità | Programmazione e conduzione attività sportive |
| Nome e indirizzo del datore di lavoro | Alina Animation c/o Camping Laguna Village – Caorle (VE) |
| Tipo di attività o settore | Istruttore sportivo |
| Attività di relatore | |
| Date | Maggio 2017 |
| Titolo Conferenza | “La posturologia nello sport e nella vita quotidiana” 16 ore di formazione presso l’ Enaip FVG |
| Date | Novembre 2016 |
| Titolo Conferenza | “L’alimentazione nello sportivo” 12 ore di formazione presso l’ Enaip FVG |
| Date | Giugno, Ottobre e Novembre 2016 |
| Titolo conferenza | Il lavoro e il corpo. Le problematiche posturali legati alle postazioni di lavoro e alla movimentazione manuale dei carichi – Corsi per datori di lavoro, rappresentanti dei lavoratori e lavoratori – Presso Conuslenza Servizi SNC – Spilimbergo |
| Date | Luglio 2016 |
| | “Salute e movimento per un invecchiamento di qualità” – Conoscenza in festa - Udine |
| Date | Maggio 2016 |
| Titolo Conferenza | “L’alimentazione nello sportivo” 12 ore di formazione presso l’ Enaip FVG |
| Date | Aprile/Maggio 2016 |
| Titolo Conferenza | “La posturologia nello sport e nella vita quotidiana” 16 ore di formazione presso l’ Enaip FVG |
| Date | Aprile 2016 |
| Titolo Conferenza | “Più movimento più salute – Esperienze a confronto” in collaborazione con Auser Alto Friuli, Gemona del Friuli. |
| Date | Marzo 2016 |
| Titolo Conferenza | “Energia vitale” presso la scuola primaria “D.Alighieri” di Udine |
| Date | Dicembre 2015 |
| Titolo Conferenza | “Anziani, il movimento salva la vita!” all’interno del convegno “Sport è movimento e salute” presso il Palazzo della Provincia di Udine. |
| Date | Novembre 2015 |
| Titolo Conferenza | “L’alimentazione nello sportivo” 4 ore di formazione presso l’ Enaip FVG |
| Date | Dicembre 2014 |

| | |
|-------------------|---|
| Titolo Conferenza | “La ginnastica per la schiena nell’età adulta e anziana” all’interno del convegno “Sport è movimento e salute” presso il Palazzo della Provincia di Udine. Realizzazione della brochure relativa all’evento |
| Date | Maggio 2013 |
| Titolo Conferenza | Presentazione del metodo “Train Your Brain” in varie località della provincia di Udine. |
| Date | Gennaio 2013 |
| | Progetto “Insieme si può”, Percorsi formativi per assistenti famigliari. Unità Didattica 5 e 6, organizzato da IAL FVG tenutosi a Teor (UD) |
| Date | 2009 - 2010 - 2011 |
| Titolo Conferenza | <ul style="list-style-type: none"> • Benessere in comune • La postura seduta corretta nell’età evolutiva • Approccio multidisciplinare al mal di schiena • I falsi miti del benessere • La ginnastica in casa: idee e metodi per mantenersi in forma • L’attività motoria come strumento di prevenzione e terapia In varie località della provincia di Udine. |
| Date | Giugno 2009 - Febbraio e aprile 2010 - Aprile 2011 – Gennaio 2012 |
| Titolo Conferenza | <ul style="list-style-type: none"> • "Il mal di Schiena: conoscerlo per imparare a prevenirlo, gestirlo e curarlo" In varie località della provincia di Udine. |

Istruzione e formazione

| | |
|--|---|
| Date | Ottobre 2013 – Luglio 2015 |
| Titolo della qualifica rilasciata | Laurea Magistrale in Scienza dello Sport |
| Principali tematiche/competenza professionali possedute | Scienze delle Attività motorie e Sportive |
| Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione | Università degli Studi di Udine, Polo Medico |
| Livello nella classificazione nazionale o internazionale | Laurea magistrale, Valutazione finale : 110 e lode / 110 |
| Date | Novembre 2008 |
| | Corso di formazione professionale per l’ammissione all’U.N.C. Dal corso in poi: Chinesiologo Professionista di cui alla Legge 4/2013 iscritto all' Unione Nazionale Chinesiologi con n° 9101, così come previsto dall’art. 1 comma 3 della citata legge. |
| Date | Ottobre 2005– Luglio 2008 |
| Titolo della qualifica rilasciata | Laurea in Scienze Motorie |
| Principali tematiche/competenza professionali possedute | Scienze delle Attività motorie e Sportive |
| Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione | Università degli Studi di Udine, Facoltà di Medicina e Chirurgia, |
| Livello nella classificazione nazionale o internazionale | Laurea triennale Valutazione Finale: 100 /110 |

| | |
|--|---|
| Date | 09/2000 - 07/2005 |
| Titolo della qualifica rilasciata | Maturità Scientifica |
| Principali tematiche/competenza professionali possedute | Espressione italiana, matematica, scienze, lingua straniera (inglese), latino |
| Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione | Liceo Scientifico "A.Einstein", Cervignano del Friuli (UD) |
| Livello nella classificazione nazionale o internazionale | Diploma di scuola secondaria superiore |
| Ulteriori Iniziative formative | <p>02 Dicembre 2014 "Diagnostica integrata di studio della spalla", dott. Degano presso Aula 3 Università degli Studi di Udine, Gemona del Friuli.</p> <p>25 Novembre 2014 Progettare per competenze in EF presso l'I.S.I.S "Stringher" di Udine</p> <p>27 Ottobre 2014 "Attività motoria ed educazione fisica: ieri, oggi e domani" presso Gemona del Friuli. Corso tenuto dal prof. Francesco Cuzzolin, dal prof. Ugo Cauz e dalla dott. Alessia Serгон</p> <p>23 Agosto 2014 Corso di Riflessologia Orientale "Thai Foot Massage" presso la scuola nazionale di massaggio Diabasi a Trivignano Udinese. Durata del corso 8 ore.</p> <p>30 Novembre 2013 Corso di aggiornamento: Postura e dolore, diagnosi e trattamento presso Chinesport Spa. Udine. Durata del corso 8 ore.</p> <p>15-16 Giugno 2013 Corso di massaggio decontratturante presso la scuola nazionale di massaggio Diabasi a Trivignano Udinese. Durata del corso 15 ore.</p> <p>03 Luglio 2010 Corso sulla sicurezza sul luogo di lavoro organizzato dall' Aracon Cooperativa Sociale Onlus presso il Centro di aggregazione "Il Poliedro" 2° Circostrizione. P.le Valle del But, 7 Udine.</p> <p>Marzo—Maggio 2010 Corso di Primo Soccorso organizzato dalla Fraternità di Misericordia della Bassa Friulana di San Giorgio di Nogaro, per un totale di 32 ore. Superato con esito positivo Valido ai sensi del DM 388/2003 D.L. 626/1994 art. 15 comma 3.</p> <p>20 Marzo 2010 Congresso ISICO "Rachide e Riabilitazione Multidisciplinare" presso il centro congressi MilanoFiori di Assago (MI).</p> |

12-14 Settembre 2008

Corso di back school, neck school e bone school di secondo livello (programmi di lavoro specifici per le patologie del rachide) presso la ditta Chinesport, via Croazia 2, Udine organizzato dall'Associazione Back School di Cusano Milanino per un totale di 22 ore di corso effettive.

18-20 Aprile 2008

Corso di back school, neck school e bone school di primo livello (programmazione, organizzazione, conduzione, verifica) presso la ditta Chinesport, via Croazia 2, Udine organizzato dall'Associazione Back School di Cusano Milanino per un totale di 22 ore di corso effettive.

Altra(e) lingua(e) INGLESE

Autovalutazione
Livello europeo (*)

| Comprensione | | Parlato | | Scritto |
|-----------------------|---------|-------------------|------------------|---------|
| Ascolto | Lettura | Interazione orale | Produzione orale | |
| C1 – Livello avanzato | | | | |

Mission e attitudini personali

Garantire ad ogni singola Persona l'opportunità di crescere nella propria consapevolezza ed esperienza per quanto riguarda l'approccio al benessere psicofisico, alle attività socializzanti e allo sviluppo di una autonomia nella gestione della propria situazione di Ben Essere individuale.
Attitudine ai rapporti interpersonali e decisa volontà nell'esplicare la mia professionalità in team che preveda l'integrazione delle diverse pratiche finalizzate allo scopo finale dei diversi progetti.

Capacità e competenze informatiche

Sono in grado di utilizzare in modo ottimale tutti gli applicativi del pacchetto Office e Openoffice, i diversi browser internet e possiedo nozioni base di montaggio video. So utilizzare in modo discreto i programmi della suite Adobe.

Altre capacità e competenze

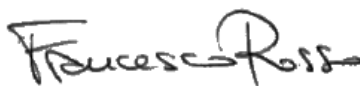
Tastierista autodidatta

Patente

Automobilistica (patente B), automunito.

Data, 14 novembre 2016

Firma



Il sottoscritto, consapevole delle sanzioni penali nel caso di dichiarazioni non veritiere, di formazione o uso di atti falsi, richiamate dall'art. 76 del DPR n.445/2000, dichiara che le informazioni contenute nel presente Curriculum Vitae sono veritiere.

Data, 14 novembre 2016

Firma

