




Fabrizio Armaleo

Data di nascita: 21/06/1993

Nazionalità: Italiana


Sesso: Maschile

CONTATTI

 Via Mario del Monaco, 42
00138 Roma, Italia
(Abitazione)

 fabrizio.armaleo@libero.it

 armaleo.fabrizio@gmail.com

 (+39) 34844580

ESPERIENZA LAVORATIVA

16/01/2023 - ATTUALE Roma, Italia

Rieducatore Motorio AUREAMED

Principali attività e responsabilità:

1. Rieducazione motoria per soggetti anziani, infortunati o con patologie cronico-degenerative;
2. Corso di posturale singolo o per piccoli gruppi.

Indirizzo Via degli Scipioni, 252/254/256, 00192, Roma, Italia

21/02/2020 - ATTUALE

Istruttore di sala - Personal Trainer - Corsi fitness KB Gym

Principali attività e responsabilità:

- Controllo e assistenza dei clienti in sala pesi e rilascio di programmi allenamento per i soci;
- Lezioni private one to one di Personal Trainer, principalmente rivolte a soggetti post-infortunio, con patologie in atto e persone anziane.

Indirizzo Via Crescenzo, 21, 00193, Roma, Italia

20/09/2021 - 20/06/2022 Roma, Italia

Internato elettivo in "Counseling e prescrizione dell'esercizio per il paziente diabetico" Università degli Studi di Roma "Foro Italico"

Principali attività e responsabilità:

Esperienza scientifica maturata all'interno dell'Università e in un centro diabetici a Monterotondo. Durante l'internato ho avuto l'occasione di partecipare a vari tipi di studi e scoprire l'ambito di ricerca.

Indirizzo Piazza Lauro de Bosis, 15, 00135, Roma, Italia

17/03/2022 - 03/06/2022 Roma, Italia

Insegnate di educazione fisica I.C Ennio Quirino Visconti

Tirocinio Universitario di 100 ore.

- Sperimentazione teorica e pratica di 1 sport al mese;
- Costruzione di un percorso di più lezioni decidendo i punti cardine e gli obiettivi;
- Tirocinio svolto nei plessi Gianturco e Settembrini.

Lavoro svolto nella suddetta scuola con bambini di 1a e 2a elementare. I giochi e le attività proposte mirano allo sviluppo dell'efficienza fisica, della coordinazione motoria, delle funzioni cognitive e le abilità di vita.

Indirizzo Via della Palombella, 4, Via del Lavatore, 38

23/02/2022 - 01/04/2022 Roma, Italia

Rieducatore Motorio Fisio Medica

Principali attività e responsabilità:

- Rieducazione motoria per soggetti infortunati;
- Attività fisica per soggetti diabetici e osteoporotici.

Indirizzo Via Nomentana, 27 - Monterotondo, 00015, Roma, Italia

31/01/2022 - 19/02/2022 Roma, Italia

Rieducatore Motorio Casa di Cura Villa Stuart

Tirocinio Universitario di 100 ore.

Principali attività e responsabilità:

- Apprendimento e applicazione di strumentazioni e tecniche per la valutazione funzionale e la riabilitazione di varie patologie muscolo-scheletriche;
- Testare la capacità di movimento del paziente dopo un intervento chirurgico o una lesione utilizzando attrezzatura ad alta tecnologia. Allenamento sul campo e in palestra delle suddette persone e partecipazione ai protocolli di idrochinesiterapia;
- Rieducazione motoria per soggetti infortunati.

Indirizzo Via Trionfale, 5952, 00135, Roma, Italia

03/09/2019 – 16/10/2020

● **Istruttore di sala - Personal Trainer - Corsi fitness** Palestra Push Up

Principali attività e responsabilità:

- Controllo e assistenza dei clienti in sala pesi e rilascio di programmi di allenamento per i soci;
- Lezioni private one to one di Personal Trainer;
- Eventuali sostituzioni per corsi fitness all'interno del club.

Indirizzo Via Ruffini, 2, 00195, Roma, Italia

21/10/2019 – 30/06/2020

● **Istruttore di sala - Personal Trainer - Corsi fitness** Anytime Fitness Roma De Carolis

Principali attività e responsabilità:

- Controllo e assistenza dei clienti in sala pesi e rilascio di programmi di allenamento per i soci;
- Lezioni private one to one di Personal Trainer.

Indirizzo Via Ugo de Carolis, 89, 00136, Roma, Italia

01/09/2018 – 30/09/2019

● **Gym Trainer** Virgin Active Roma Balduina

Principali attività e responsabilità:

- Programmazioni di allenamento personalizzate in base agli obiettivi e problematiche di ciascun cliente, controllo e assistenza dei clienti in sala pesi e istruttore corsi fitness quali: HEAT, GRID, Gravity Group, Stretching, ecc;
- Assistenza al Product Manager nell'organizzazione della turnazione lavorativa dei dipendenti in sala, gestione degli istruttori e segnalazione per manutenzione e problematiche della sala.

Indirizzo Via Pantaleone Rapino, 12, 00136, Roma, Italia

01/01/2018 – 31/08/2018

● **Gym Assistant - P.IVA** Virgin Active Roma Balduina

Principali attività e responsabilità:

- Controllo e assistenza dei clienti in sala pesi ed eventuali sostituzioni ai corsi fitness;
- Assistenza al Product Manager nell'organizzazione della turnazione lavorativa dei dipendenti in sala, gestione degli istruttori e segnalazione per manutenzione e problematiche della sala.

Indirizzo Via Pantaleone Rapino, 12, 00136, Roma, Italia

03/10/2017 – 31/12/2017

● **Gym Instructor - P.IVA** Virgin Active Roma Balduina

Principali attività e responsabilità:

- Controllo e assistenza dei clienti in sala pesi, compilazione check&go ed eventuali sostituzioni ai corsi fitness.

Indirizzo Via Pantaleone Rapino, 12, 00136, Roma, Italia

03/10/2016 – 03/10/2017

● **Gym Instructor - Stage 1 anno (30 ore settimanali)** Virgin Active Roma Balduina

Principali attività e responsabilità:

- Controllo e assistenza dei clienti in sala pesi, compilazione check&go ed eventuali sostituzioni ai corsi fitness.

Indirizzo Via Pantaleone Rapino, 12, 00136, Roma, Italia

09/02/2016 – 26/07/2016

Sostituzione Assistente di sala e Personal Trainer Palestra B&F Sporting Club

Giorni complessivi di sostituzione nel seguente periodo: **11** (dal 09/02/2016 al 12/02/2016; il 14/03/2016; il 21/04/2016; il 16/05/2016; dal 19/07/2016 al 21/07/2016; il 26/07/2016).

Principali attività e responsabilità:

- Responsabile del controllo e allenamento dei clienti in sala pesi.

Indirizzo Via Cutilia, 15, 00183, Roma, Italia

28/11/2015 – 22/12/2015

Tirocinio di 30 ore Virgin Active Roma Nuovo Salario

Principali attività e responsabilità:

- Allenamento dei clienti in sala pesi, affiancando un Personal Trainer.

Indirizzo Via Gaetano Martino, 19, 00139, Roma, Italia

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

19/10/2020 – 21/10/2022 Roma, Italia

Laurea Magistrale in Attività Motorie Preventive e Adattate Università degli Studi di Roma "Foro Italico"

1. Insegnamenti biomedici applicati alla salute e all'esercizio fisico, traumatologia sportiva e terapia del movimento, attività fisica per popolazioni speciali, attività fisica per bambini e anziani;
2. Insegnamenti psicosociali ed educativi applicati alla salute e all'esercizio.

Indirizzo Piazza Lauro de Bosis, 15, Roma, Italia | **Voto finale** 110/110 e Lode | **Tesi** Differenze di genere sulla risposta glicemica post-prandiale in seguito ad esercizio fisico

07/09/2016 – 02/03/2020 Roma, Italia

Laurea triennale in Scienze Motorie e Sportive Università San Raffaele

1. Anatomia e fisiologia umana, attività motorie per le diverse fasce d'età, medicina dello sport, teoria e metodologia dell'allenamento, del movimento umano e degli sport individuali e di squadra, psicologia e pedagogia.

Indirizzo Via di Val Cannuta, 247, Roma, Italia | **Voto finale** 108/110 | **Tesi** Il ruolo fondamentale della core stability nella prevenzione degli infortuni al rachide

06/2014 Roma, Italia

Diploma di ragioneria Istituto scolastico "Pio XII"

Principali tematiche / competenze professionali acquisite:

Economia aziendale, informatica, scienze delle finanze, matematica, diritto.

Indirizzo Via Galla Placidia, 63, Roma, Italia

ULTERIORI INFORMAZIONI

Certificazioni

Certificazioni

1. Diploma Personal Trainer I° Livello - Federazione Italiana Pesistica (FIPE) (2015);
2. Diploma Personal Trainer II° Livello - Federazione Italiana Pesistica (FIPE) (2016);
3. Diploma Personal Trainer III° Livello - Federazione Italiana Pesistica (FIPE) (2016);
4. Certificazione Personal Trainer BASIC - ELAV (2015);
5. Certificazione Personal Trainer EXPERT - ELAV (2016);
6. Certificato esecutore BLS/D/PBLSD, con manovre di disostruzione e primo soccorso pediatrico - Croce Rossa Italiana (2015/2020);
7. Certificato NTC Trainer (2016);
8. Certificato TRX - Allenamento in sospensione (2017);
9. Certificato Functional Training Evolution I° Livello (2017);
10. Certificazione GRID - Virgin Active (2019);
11. Certificato di competenza "Happy Bones Trainer". Physical activity in women in menopause: a collaborative partnership for active lifestyles for the prevention and treatment of osteoporosis "Happy Bones". (Università degli Studi di Roma "Foro Italico") (2022);

Conferenze e seminari

Conferenze

- SCS (Strength & Conditioning Society) - New Horizons for Strength & Conditioning Science (2018);
- ESNS (European Sport Nutrition Society) - Sport Nutrition from the lab to the field (2018).

Seminari

- Convegno specialistico Corpus Sanum in Mente Sana - una corretta attività motoria, una corretta nutrizione e idratazione come prevenzione dello stato di stress (2018);
- "Il ruolo dell'esercizio fisico nella prevenzione delle malattie e nel miglioramento della qualità della vita" (2019);
- Sport Science Day - ELAV e Università degli Studi di Roma "Foro Italico" (2020).

Corsi

Corsi

- Corso "Il Fisioterapista Sportivo - aspetti clinici e operativi" (2018)
- Corso informazione e formazione dei lavoratori (art 36 e 37 - D.Lgs. 81/08 e s.m.i) (2016);
- Master Personal Trainer - Virgin Active (2019).

Competenze professionali

Competenze professionali

Migliorate significativamente nel tempo, grazie alla frequenza dei corsi di laurea nell'ambito delle Scienze Motorie, al continuo aggiornamento professionale attraverso vari corsi di formazione e all'esperienza che sto tuttora maturando nel settore.

Competenze comunicative e interpersonali

Competenze comunicative e interpersonali. Mi ritengo una persona molto socievole e tale aspetto mi ha sempre aiutato ed è ulteriormente migliorato grazie ai lavori che ho svolto e che sto svolgendo, basato non solo sulla professionalità ma anche sulla continua interazione con persone appartenenti ad ogni fascia d'età.

Competenze organizzative

Competenze organizzative Grazie all'esperienza acquisita e all'affidabilità dimostrata sono stato gradatamente coinvolto dall'azienda in cui lavoro in incarichi di sempre maggiore responsabilità, con esperienza anche nei campi dell'organizzazione e della gestione del personale di sala.

Patente di guida

Patente di guida: B

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".