

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **DANIELE BAIOLETTI**
Indirizzo **VIA DEL TORDO 14, PERUGIA**
Telefono **340 3353640**
Fax
E-mail danielebaioletti@gmail.com

Nazionalità italiana
Data di nascita 21/06/1984

ESPERIENZA LAVORATIVA

-feb/giu 2007 istruttore di sala pesi presso la palestra Reload di Perugia
-lug/set 2007 preparatore atletico della squadra Colligiana di Colle di Val d'Elsa (serie D)
-set 2007/feb 2008 istruttore di sala pesi presso la palestra Action di Perugia
-set 2007/feb 2008 istruttore di sala pesi presso la palestra CTF di Santa Maria degli Angeli
-set 2008/feb 2009 istruttore e personal trainer presso la palestra Planet di Ponte S.Giovanni Perugia
-set 2008/feb 2009 istruttore di sala pesi presso la palestra Action di Perugia
-personal trainer di lottatori, rugbysti e calciatori agonisti
-feb 2009/ad ora personal trainer a tempo pieno presso la palestra VIRGIN ACTIVE di Perugia
-aprile 2011, docente al primo livello della FIPCF (attualmente FIPE) sulla programmazione dell'allenamento
-aprile 2012, docente per un corso su mobilità articolare dinamica e tecnica di esecuzione dei principali esercizi con i sovraccarichi all'interno del club Virgin Active di Perugia
-maggio 2012, docente per il corso tenuto in collaborazione con Emanuele Conti e Fabio Campisi su kettlebells, clubbells, indian clubs, mobilità articolare dinamica ed allenamento stile strongman a Todi
-settembre 2012, docenza per il corso su Mobilità Articolare Dinamica presso lo studio PT di Luigi Colbax a Vicenza
-ottobre 2013, docente per il corso "DJM 4 PLers" in collaborazione con AIF, presso la palestra Crossfit Bicocca a Milano
-giugno 2014, open day "Z-Open" presso il centro sportivo Torrino a Roma
-ottobre 2014, open day "Z-Open" presso la palestra Crossfit San Siro a Milano
-dicembre 2014/ad ora, docente per il corso Human Movement Optimization (HMO) e Functional Movement Optimization (FMO) con la società 4Move di Stefano Ninci e la collaborazione di Marco Maccari, Gianluca Giorgi e Lorenzo di Maio

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

-sett 2003/feb 2007, laurea triennale in Scienze Motorie e Sportive all'Università degli Studi di Perugia,

Tesi: "Massa muscolare e sport"

Votazione finale: 110 e lode

-feb/sett 2008, master di I livello presso l'Università di Roma 2 Tor Vergata in "Personal training" (in associazione con la Federazione Italiana Pesistica e Cultura Fisica)

Tesi sperimentale: "Influenza sui parametri dinamici, cinematici e sulla produzione di lattato in acuto, dopo un protocollo di allenamento ad esaurimento con ripetizioni ad arco di movimento completo o incompleto"

Votazione finale: 106

CERTIFICAZIONI:

-aprile 2007, certificazione "Principi di programmazione e periodizzazione dell'allenamento con Nelson Ayotte (C.I.H.P. 1° livello), palestra Olympian's di Figline Valdarno

-settembre 2007, certificazione di Primo livello con la Federazione Italiana di Pesistica e Cultura Fisica a Grutti (PG)

-settembre 2009, certificazione Operatore di Fitness Metabolica con il Wellness institute presso Monterotondo (Roma)

-ottobre 2009, certificazione "Biosignature, hormonal modulation level 1" con il Poliquin institute presso il centro Eleiko ad Halmstad (Svezia)

-ottobre 2009, certificazione "Strength & conditioning specialist, level 1 regional (PICP 1)" con il Poliquin institute presso il centro Eleiko ad Halmstad (Svezia)

-ottobre 2009, certificazione "Poliquin Instant Muscle Strengthening Techniques (tecniche manuali per il miglioramento istantaneo di forza, velocità e flessibilità), con il Poliquin Institute presso il centro Eleiko ad Halmstad (Svezia)

-marzo 2010, certificazione "Sport massage therapist" tenuto da Dario Silvestro con l'ATS institute ad Arezzo

-maggio 2010, certificazione di "Rianimazione cardiopolmonare di base e defibrillazione precoce per la comunità" BLS con l'Italian Resuscitation Council a Marsciano

-ottobre 2010, certificazione "Strength & conditioning specialist, level 2 state (PICP 2)" con il Poliquin institute presso il centro Eleiko ad Halmstad (Svezia)

-ottobre 2010, corso "Biosignature CE, level 2" con il Poliquin institute presso il centro Eleiko ad Halmstad (Svezia)

-marzo 2011, certificazione CSCS presso la NSCA Italia a Roma

-marzo 2011, certificazione "R-Phase" di Z-Health a Copenhagen (DK)

-settembre 2011, ri-certificazione "Biosignature, hormonal modulation" con il Poliquin Institute a New York (USA)

-ottobre 2011, certificazione I-Phase di Z-Health a Seattle (USA)

-ottobre 2011, ri-certificazione I-Phase di Z-Health a Phoenix (USA)

-febbraio 2012, certificazione istruttore di powerlifting con la FIPL a Milano

-marzo 2012, certificazione T-Phase di Z-Health a Copenhagen (DK)

-marzo 2012, certificazione Essentials of Elite Performance di Z-Health a Vigodarzere (PD)

-ottobre 2012, certificazione S-Phase di Z-Health a Phoenix (USA)

-ottobre 2012, ri-certificazione R-Phase di Z-Health presso la palestra Guerrilla Fitness di Vigodarzere, Padova

-marzo 2013, ri-certificazione T-Phase di Z-Health a Phoenix (USA)

-giugno 2013, certificazione 9S: Sustenance & Spirit di Z-Health a Copenhagen (DK)

-giugno 2013, ri-certificazione I-Phase di Z-Health a Copenhagen (DK)

-settembre 2013, ri-certificazione S-Phase di Z-Health a Copenhagen (DK)

-febbraio 2014, ri-certificazione T-Phase di Z-Health a Phoenix (USA)

-febbraio 2014, certificazione 9S: Structure di Z-Health a Phoenix (USA)

-giugno 2014, certificazione 9S: Strength & Suppleness di Z-Health a

Copenhagen (DK)

-giugno 2014, certificazione di Fitness Istrutor presso l'eLF Register and European Register of Exercise Professionals a Roma

-luglio 2014, certificazione Precision Nutrition di John Berardi

-APRILE 2015, certificato primo MASTER TRAINER Z-HEALTH in Italia a Phoenix (USA)

-maggio 2015, ri-certificazione 9S: Sustenance & Spirit di Z-Health a Phoenix (USA)

-giugno 2015, ri-certificazione Master Trainer di Z-Health a Copenhagen (DK)

-giugno 2015, ri-certificazione 9S: Structure di Z-Health a Copenhagen (USA)

-giugno 2016, ri-certificazione I-Phase di Z-Health a Copenhagen (DK)

-giugno 2016, certificazione 9S: Stamina di Z-Health a Copenhagen (DK)

-settembre 2016, ri-certificazione 9S: Structure di Z-Health a Copenhagen (DK)

-dicembre 2016, certificazione 9S: Speed di Z-Health a Phoenix (USA)

-marzo 2017, ri-certificazione T-Phase di Z-Health a Copenhagen (DK)

-giugno 2017, certificazione 9S: The Next Evolution a Copenhagen (DK)

-settembre 2017, ri-certificazione 9S: Speed a Copenhagen (DK)

-dicembre 2017, ri-certificazione 9S: Strength & suppleness a Phoenix (USA)

-giugno 2018, certificazione Explain Pain con il Neuro Orthopedic Institute a Mestre (IT)

-settembre 2018, ri-certificazione I-Phase di Z-Health a Colonia (D)

-dicembre 2018, ri-certificazione 9S; Speed di Z-Health a Phoenix (USA)

-maggio 2019, ri-certificazione 9S: The next evolution in Malmo (SE)

-ottobre 2019, ri-certificazione 9S: Strength a Phoenix (USA)

CORSI DI AGGIORNAMENTO:

-maggio 2004, 6° incontro interdisciplinare "La caviglia instabile nello sportivo" tenuto presso il centro riabilitativo Prosperius ad Umbertide

-maggio 2005, incontro "Esercizio fisico e prevenzione delle malattie cardiovascolari" tenuto presso la facoltà di Scienze Motorie e Sportive dell'Università degli Studi di Perugia

-giugno 2005, 7° incontro interdisciplinare "Colonna lombare e sport" tenuto presso il centro riabilitativo Prosperius ad Umbertide

-luglio 2006, corso "Il lattato per l'allenatore" con Elav institute a Città di Castello

-novembre 2006, 1° simposio internazionale del Tudor Bomp Institute, presso il centro CONI di Acquacetosa a Roma

-marzo 2007, corso "La frequenza cardiaca, controllo nello sport e fitness" con Elav institute a Città di Castello

-maggio 2007, corso "Prevenzione degli infortuni, la chiave di successo dell'allenamento" con Elav institute a Città di Castello

-giugno 2007, corso "La forza funzionale, il futuro del potenziamento muscolare" con Elav institute a Città di Castello

-maggio 2008, partecipato al Congresso nazionale dell'Associazione Italiana Preparatori Atletici Calcio a Firenze

-giugno 2008, corso sulla variabilità cardiaca tenuto da Armando Vinci a Napoli

-ottobre 2008, corso "Valutazione posturale" con Elav institute a Città di Castello

-ottobre 2008, corso "Sistema posturale" con Elav institute a Città di Castello

-marzo 2009, corso "Preparazione atletica avanzata" con il Tudor Bomp Institute Italia, tenuto da Carlo Buzzichelli presso la palestra Olympian's di Figline Valdarno

-giugno 2009, corso di aggiornamento "Composizione corporea come mezzo di valutazione per la performance" con la FIPCF a Perugia

-ottobre 2009, corso di "Apprendimento efficace (tecniche di memorizzazione e strategie di studio)" con l'associazione Knowway

-gennaio 2010, seminario "Sistema per la Performance Atletica Massima (SPAM)" tenuto da Armando Vinci presso la palestra Olympian's di Figline Valdarno

-febbraio 2010, corso di aggiornamento "Valutazione funzionale e postura, biomeccanica degli esercizi con le macchine da palestra" con la FIPCF a Perugia

-aprile 2010, corso di "Taping Kinesiologico applicato alla traumatologia sportiva, prevenzione dei traumi e della fatica" con l'associazione ATS tenuto da Rosario Bellia

-maggio 2010, corso "Valutazione funzionale per lo sport, modulo 1: misurare le capacità neuromuscolari del corpo umano – modulo 2: misurare le capacità metaboliche del corpo umano" con Roberto Colli presso l'Elav institute a Città di Castello

-giugno 2010, corso "Preparazione atletica: mezzi e metodi di allenamento del terzo

millennio. Modulo 1,2 e 3" con Elav institute a Città di Castello

-giugno 2010, partecipato al corso "Recovery & regeneration technique specialist RTS" con il Tudor Bomp Institute tenuto da Armando Vinci e Carlo Buzzichelli a Colle Val d'Elsa

-luglio 2010, corso "Preparazione atletica, programmazione dell'allenamento del terzo millennio. Modulo 4,5 e 6" con Elav institute a Città di Castello

-ottobre 2010, corso "Olympic lifting" con il Poliquin institute tenuto da Charles Poliquin e Jud Logan presso il centro Eleiko ad Halmstad (Svezia)

-ottobre 2010, corso "Sport Specific Seminars" con il Poliquin Institute presso il centro Eleiko ad Halmstad (Svezia)

-novembre 2010, corso "Riabilitazione post-infortunio dell'atleta" con ELAV institute a Città di Castello

-novembre 2010, seminario di "Comunicazione avanzata per una migliore relazione con il cliente" con il Wellness institute a Firenze

-novembre 2010, corso "X-press training sales" tenuto da Stefano Storti presso la palestra Virginactive di Perugia

-dicembre 2010, corso "La prevenzione degli infortuni, la chiave per il successo dell'allenamento" con Elav institute a Città di Castello

-dicembre 2010, corso su "Flessibilità e mobilità articolare" con ELAV institute a Città di Castello

-febbraio 2011, corso di aggiornamento "Biomeccanica dello sport, alimentazione ed integrazione" con la FIPCF a Todi

-febbraio 2012, corso di taping elastico e bendaggio con l'associazione ATS Peaking ad Arezzo

-maggio 2012, corso "Rivoluzione Sheiko" tenuto da Ado Grizza a Padova presso la palestra Guerrilla Fitness di Vigodarzere, Padova

-luglio 2012, corso Neurokinetic Therapy level 1 tenuto da David Weinstock a Londra (UK)

-settembre 2014, corso Movement-X di Ido Portal a Vienna (AU)

-ottobre 2014, Convegno Nazionale della Forza con AIF e SFG a Vicenza (IT)

-agosto 2015, corso Upper body strength level 1 di Ido Portal a Copenhagen (DK)

-novembre 2015, workshop Movement Archery di Tom Weksler a Roma

-maggio 2016, corso The Corset di Ido Portal a Vienna (AU)

-agosto 2016, European Movement Meeting di Ido Portal a Copenhagen (DK)

-luglio 2017, corso Motion di Ido Portal a Vienna (AU)

-agosto 2017, workshop Movement Archery di Tom Weksler a Pontedera

-gennaio 2018, open workshop di Fighting Monkey a Zurigo (CH)

-gennaio/febbraio/marzo 2018, corso intensivo Residenza Zero con Paolo Benedetti a Perugia (IT)

-febbraio 2018, corso di verticali e acrobatica con Yuri Marmestein a Milano (IT)

-maggio 2018, corso Locomotion di Ido Portal a Bruxelles (B)

-agosto 2018, Intensive8 di Fighting Monkey a Copenhagen (DK)

-dicembre 2018, Private Intensive di Fighting Monkey ad Atene (GR)

-febbraio 2019, intensive Physical and Cognitive Practice con Joseph Bartz a Berlino (D)

-agosto 2019, European Movement Meeting di Ido Portal a Lisbona (PT)

-marzo 2020, From movement to athleticism to dance and back di Fighting Monkey a Bruxelles (B)

-luglio 2021, workshop di acrodanza con Davide Bonetti a Roma

-ottobre 2021, workshop "Finding Flow" di Nil Teisner a Bologna

-gennaio 2022, workshop "On dexterity" di Marcello Palozzo a Torino

-febbraio 2022, settimana intensiva privata con Nil Teisner in Algarve (P)

-aprile 2022, workshop di acrodanza con Davide Bonetti a Roma

-aprile 2022, settimana intensiva con Stefan Crainic a Berlino (DE)

-aprile 2022, workshop "Acrobatic floor beginner" di Kenan Dinkelmann a Berlino (DE)

-giugno 2022, settimana intensiva con Stefan Crainic a Genova

-luglio 2022, settimana intensiva con Marcello Palozzo a Roma

**CAPACITÀ E COMPETENZE
PERSONALI**

MADRELINGUA

ITALIANO

ALTRE LINGUA

INGLESE

ECCELLENTE

ECCELLENTE

ECCELLENTE

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

FRANCESE

ECCELLENTE

ECCELLENTE

ECCELLENTE

- **Capacità di lettura**
- **Capacità di scrittura**
- **Capacità di espressione orale**

**CAPACITÀ E COMPETENZE
RELAZIONALI**

Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.

AMANTE DEI VIAGGI, CERCO DI FARNE ALMENO UNO ALL'ANNO DA SOLO PER AMPLIARE I MIEI ORIZZONTI, CONOSCERE GENTE NUOVA ED IMMERGERMI PIÙ POSSIBILE NELLA CULTURA DEL PAESE CHE STO VISITANDO

**CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE**

Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

ABILITÀ NELL'UTILIZZO DEL PC, E DEL PACCHETTO OFFICE.

PATENTE O PATENTI

Patente di guida B