

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **ANDREA RUSCIO**
Indirizzo
Telefono **340/0042248**
Fax
E-mail **andrea.ruscio@yahoo.it**
Nazionalità Italiana
Data di nascita 05/04/1984

**SETTORE PROFESSIONALE/
OCCUPAZIONE DESIDERATA**

Responsabile e istruttore sala pesi, Personal trainer, istruttore di nuoto

- Anni di esperienza nel settore sportivo: 6
- Anni di esperienza come atleta agonista (nuoto): 18

ESPERIENZA PROFESSIONALE

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

Dal: 08/09/2008 A: tutt'ora impiegato

B&F Sporting Club, Via Cutilia 14, zona San Giovanni.

Settore sportivo (Piscina/fitness/body building)

Responsabile e istruttore sala pesi, Personal Trainer

Accoglienza e Assistenza in sala pesi, manutenzione e controllo macchinari.

Personal trainer con elaborazione e programmazione allenamento per diverse fasce di età

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

Dal: 08/09/2009 A: 13/07/2012

2F Sporting Club, Via Monte Gran Paradiso 71/73, Colleverde (Guidonia)

Settore sportivo (Piscina/fitness/body building)

Istruttore sala pesi, istruttore di nuoto.

Accoglienza e Assistenza sala pesi, istruttore corsi di nuoto per bambini ed adulti.

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

Dal: 08/09/2009 A: tutt'ora impiegato.

Effe 2 Group, presso via Monte Gran Paradiso 71/73 Colleverde (Guidonia) e Via Cutilia 14, zona San Giovanni.

Settore Sportivo

Preparatore Atletico per agonisti

Elaborazione e programmazione allenamento a secco per la squadra di nuoto agonistica.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

<ul style="list-style-type: none"> Date (da – a) Laurea • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione 	<p>Settembre 2010 – in corso</p> <p>Iscritto al Corso di Laurea in Scienze Motorie e Sportive (Media voti esami sostenuti: 28,2)</p> <p>Università degli Studi dell'Aquila, Via Giovanni Falcone 25, 67100 Coppito (AQ).</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio • Qualifica conseguita • Livello nella classificazione nazionale (se pertinente) 	<p>In data: 28/29 Novembre 2009</p> <p>Non solo fitness, Associazione Benemerita CONI</p> <p>Fisiologia, anatomia e teoria dell'allenamento con i pesi.</p> <p>Istruttore Body building.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio • Qualifica conseguita 	<p>In data: 23/24 maggio 2009</p> <p>Non solo fitness, Associazione Benemerita CONI</p> <p>Fisiologia, anatomia, teoria dell'allenamento generale, nutrizione e doping.</p> <p>Personal Trainer 1° livello</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio • Qualifica conseguita 	<p>In data: 04/05 luglio 2009</p> <p>Non solo fitness, Associazione Benemerita CONI</p> <p>Valutazione antropometrica e funzionale, integratori ad uso sportivo, bioenergetica e plicometria</p> <p>Personal trainer 2° livello</p>
<p>Diploma</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione • Qualifica conseguita 	<p>Anno 2006</p> <p>Istituto per geometri Leon Battista Alberti, Viale della Civiltà del Lavoro, 4.</p> <p>Geometra.</p>
<p>FORMAZIONE SPORTIVA</p>	<p>Nuotatore agonista dal 1992 al 2009 presso prestigiosi gruppi sportivi di Roma: Fiamme Gialle, Agip Gas Nuoto, Larus Nuoto.</p> <p>Finalista a numerosi meeting nazionali, internazionali e Campionati Italiani di Categoria e Assoluti.</p> <p>Miglior risultati sportivi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Classificato al quarto posto nei 50 dorso e quinto nei 100 dorso ai Campionati Europei Junior presso Linz (Austria) nel 2002 <input type="checkbox"/> Campione Italiano di Categoria nei 50, 100 e 200 dorso in numerosi Campionati Italiani di Categoria <input type="checkbox"/> Partecipazione a numerose finali dei Campionati Italiani Assoluti, raggiungendo più volte il podio come terzo posto nei 50, 100 dorso.

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

MADRELINGUA

[Italiana]

ALTRE LINGUA

[Inglese]

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

[Indicare il livello scolastico]

[Indicare il livello: scolastico]

[Indicare il livello: scolastico]

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.

Grazie alla lunga esperienza come nuotatore agonistico e a quella maturata nell'ambito professionale nel settore sportivo (nell'insegnamento per adulti e bambini e avendo e nell'attività da personal trainer) sono in grado di relazionarmi efficacemente con tutte le fasce di età.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ORGANIZZATIVE

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.

[Organizzazione turni in palestra e piscina, layout della vasca e della palestra (organizzazione fisica di strumenti e macchinari), gestione del personale]

CAPACITÀ E COMPETENZE

TECNICHE

Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

[Valutazione antropometrica e funzionale, elaborazione e programmazione di allenamenti per diverse fasce di età e diversi livelli di capacità motorie. Elaborazione di allenamenti e assistenza nei confronti di atleti agonisti]

CAPACITÀ E COMPETENZE

ARTISTICHE

Musica, scrittura, disegno ecc.

[Elevata creatività]

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Competenze non precedentemente indicate.

-

PATENTE O PATENTI

B