

Curriculum Vitae



INFORMAZIONI PERSONALI

Caporali Cristiano Alessandro

Via

...

...

...

...

ESPERIENZA PROFESSIONALE

01/01/2017– ad oggi

Preparatore Atletico professionista e Biologo nutrizionista
Preparatore atletico per gli sport di endurance (ciclismo, corsa, triathlon)

01/04/2021– ad oggi

Responsabile Settore Istruzione Tecnica
Federazione Italiana Triathlon

01/04/2021– ad oggi

Docente Federazione Italiana Triathlon
Federazione Italiana Triathlon

01/04/2021– ad oggi

Docente Scuola dello Sport CONI Lombardia – Progetto Olimpiadi Milano-Cortina
CONI

01/06/1999 al 1/06/2019

Responsabile sistema informatico
Comune di Villafranca di Verona, Villafranca di Verona (Italia)
Responsabile sistemi informatici

01/09/2011–31/12/2016

Allenatore
Sportslife ASD, Villafranca di Verona (Italia)
Responsabile squadra agonistica

- 01/09/2000–30/09/2002 **Allenatore**
Irony Triathlon Team ASD, Villafranca di Verona (Italia)
Responsabile squadra agonistica
- 30/09/1995–31/08/2000 **Coordinatore e formatore Istruttori fitness**
Bodyenergie srl, Villafranca di Verona (Italia)
Responsabile formatore team istruttori
- 30/09/1996–31/07/1998 **Allenatore Verona 85 Nuoto**
Verona 85 ASD, Villafranca (Italia)
allenatore esordienti squadra agonistica nuoto
- 30/09/1990–31/07/2005 **Allenatore Karate**
Shotokan Villafranca ASD, Villafranca (Italia)
allenatore agonisti
- 01/04/1991–07/06/1991 **Insegnante tecnico/pratico Istituto Tecnico Magistrale**
IT Pindemonte, Verona (Italia)
Insegnate laboratorio informatica
- 06/10/1991–06/03/1993 **Comandante di Plotone TLC Esercito (Sottotenente di complemento)**
Esercito Italiano, Verona (Italia)
Comandante di plotone presso Comando forze sud Europa Fase NATO

Curriculum Vitae

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 06/01/2022 **Master in Psicologia dello sport e Mental Coaching**
CISSPAT
- 20/12/2019 **Diete e terapie chetogeniche: integratori nutraceutici**
Università di Salerno, Salerno (Italia)
- 08/06/2018 **Corso di Perfezionamento in Exercise in Diabetics**
Università di Verona, Verona (Italia)
- 08/11/2017 **Laurea Magistrale in Scienze della nutrizione umana**
Università San Raffaele, Roma (Italia)
Tesi su periodizzazione nutrizionale negli sport di endurance
- 21/03/2014 **Laurea in Scienze delle attività motorie e sportive**
Università di Verona, Verona (Italia)
Tesi su tecniche di recupero nello sport
- 24/03/2009 **Laurea in Scienze e tecniche di psicologia cognitiva applicata**
Università di Trento, Trento (Italia)
Tesi su sistema dei neuroni mirror e apprendimento imitativo
- 10/06/2004 **Laurea Magistrale in Scienze dell'Educazione (Esperto processi formativi)**
Università di Verona, Verona (Italia)
Tesi sull'intelligenza collettiva e le nuove tecnologie
- 12/07/1988 **Perito Informatico Industriale Capo Squadra**
Istituto Tecnico Industriale G.Marconi, Verona (Italia)

COMPETENZE
PERSONALI

Lingua madre italiano

Altre lingue

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Letture	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1	C1	B1	B1	B1

Livelli: A1/A2: Livello base - B1/B2: Livello intermedio - C1/C2: Livello avanzato
Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Brevetti e attestati

Allenatore Triathlon - Fitri Coni
Istruttore Karate – Fijlkam Coni
Istruttore Nuoto – FIN Coni
Abilitazione all'insegnamento della cultura fisica Coni

Pubblicazioni

Autore del libro "Ironman: allenamento, nutrizione e preparazione mentale"
Autore del libro "Triathlon il manuale" ed. Miraggi
Autore del libro "Mente & Corpo, il recupero nello sport" ed. Miraggi

Competenze comunicative

Competenza comunicativa maturata durante l'attività di docenza, allenatore e come relatore in convegni

Competenze organizzative
e gestionali

Capacità organizzative e di assunzione di responsabilità maturate in ambito militare, scolastico e di gestione atleti

Competenze professionali

Conoscenza delle materie inerenti apprendimento, psicologia, fisiologia, biochimica, metodologia dello sport e nutrizione

Competenze informatiche

Ottima conoscenza degli strumenti informatici avanzati (sistemi operativi, reti) ho seguito con successo il biennio universitario in Informatica

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nella presente manifestazione di interesse in riferimento al mio CV ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 del GDPR (Regolamento UE 2016/679).

M. A. S. N. V.