

## Curriculum Vitae

### Dati personali

Nome e cognome

Data di nascita

Indirizzo

Cittadinanza

Telefono

### Formazione scolastica

1989 Diploma di maturità in „Segretario d'amministrazione”

2004 Diploma presso la Scuola Professionale per l'Industria e Artigianato ottenendo la specializzazione di Estetista  
Massaggiatore

Diploma professionale come „Wellnesstrainer” presso la Scuola Professionale di Merano (BZ)

2013 Laurea in scienze motorie presso Università San Raffaele Roma con votazione 110 e Lode.

2015 Laurea Magistrale presso Università degli studi dell'Aquila in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate con votazione di 110/110

### Diplomi specifici

Hockey-Trainer 1° Grado (Italia)

Licenza di „Trainer B” presso il BSA Lehrzentrum (Germania)

Specializzazione come Backschool trainer (Austria)

Personal-Trainer (Austria)

Allenatore di Pesistica e Cultura Fisica **CONI**

Brevetto di Assistente Bagnante (Italia)

Primo soccorso ed utilizzo defibrillatore (Italia)

Nordic Walking (Italia)

Fit preparatore atletico (Italia)

Diversi e numerosi attestati di partecipazione a corsi di specializzazione, tra cui “specializzazione per l'allenamento di persone disabili” (Italia/Fipe)

### Esperienza

Allenatore di Hockey su ghiaccio fino alla serie „B”

Impiegato presso la pubblica amministrazione dal 1985

Fitnesstrainer, allenatore per attività di gruppo sia In che Outdoor presso il Moving-Wellness-Center di Merano

Personal Trainer

Wellness-Trainer in diversi Wellnesshotel a Merano

e dintorni, tra cui, Vigilius-Mountain R ssort di San Vigilio,  
attualmente **Wellness- e Personal-Trainer** in **Villa Eden** a  
Merano (ditta Kurinvest, Via Winkel 70 a Merano)  
**preparatore atletico per SSV Bozen Handball (serie A) campione**  
**d'Italia stagione 2016/2017**  
**preparatore atletico tennis presso SV Lana**  
**preparatore atletico per pallavolo Neugries**  
**Docente corsi Personal Trainer FIPE di I livello**  
**Docente nazionale FIPE Master di pesistica olimpica a Roma**  
**Docente nazionale FIPE corso di alta specializzazione a Roma**  
**Promoter centri Coni**  
**Docenze presso scuola primaria in Alfabetizzazione Motoria**  
**Docente Scuola Regionale dello Sport Coni**

**Lingue**

Italiano, tedesco e inglese

**Pubblicazioni:**

Abstract "Programming motor acitvity, program by a non invasive,  
systematical, experimental protocol of individual evaluation"  
SISMES 2013 pubblicato "Sport Sciences for Health".  
Abstract "Evaluation of the relationship amid ematic lacatate and  
aerobic thereshold. Anlysis of results according to used formels,  
activity statuts and anthropometric factors" SISMES 2015  
pubblicato "Sport Sciences for Health".

**Informatica:**

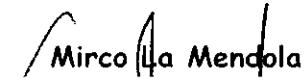
Buona conoscenza dei sistemi operativi principali Microsoft come  
Windows, vari corsi di Word Excel etc. e buona padronanza in  
navigazione Internet

**Sociale:**

Consigliere dell'associazione dei laureati in scienze motorie Alto  
Adige

Redatto ai sensi degli artt. 46 dichiarazione sostitutive di certificazioni e 47 Dichiarazioni sostitutive dell'atto di notorietà del D.P.R. 445/2000

Merano, 15.10.2019

  
Mirco Mendola