

# Prof. VALERIO VIERO

## CURRICULUM VITAE

### ISTRUZIONE

AA 2014-2015 Università degli Studi di Tor Vergata di Roma, Facoltà di Medicina e Chirurgia. Dottore di Ricerca in “Advanced Technology in Rehabilitation Medicine and Sport” con la tesi “Valutazione funzionale e della performance in sport di squadra, con particolare riferimento alla Pallanuoto” discussa il 2/3/2016.

AA 2001 Università degli Studi di Tor Vergata Facoltà di Medicina Roma.  
Laurea in Scienze Motorie. Votazione 110/110 e lode

1997-1998 ISEF Roma  
Corso di Perfezionamento in valutazione delle capacità fisiche dell’atleta. Votazione 40/40 e lode.

Settembre 1985 Roma  
Vincitore di concorso a cattedre per l’insegnamento dell’Educazione Fisica nelle Scuole Medie Superiori.

Settembre 1985 Roma  
Vincitore di concorso a cattedre per l’insegnamento dell’Educazione Fisica nelle Scuole Medie Inferiori.

10 Agosto 1985 Roma  
Abilitazione all’insegnamento dell’Educazione Fisica nelle Scuole Medie Superiori. Voto 78/80.

23 Maggio 1984 Roma  
Abilitazione all’insegnamento dell’Educazione Fisica nelle Scuole Medie Inferiori. Voto 68/80.

1978-2003  
Numerosi corsi di aggiornamento e di qualificazione tecnica in discipline sportive varie presso Federazioni Sportive Nazionali (Atletica Leggera, Calcio, Tennis, Pallavolo, Pallacanestro, Pallamano)

1978-1981 ISEF Roma  
Diploma di Laurea in Educazione Fisica. Votazione 110/110 e lode

1973-1978 Liceo Classico “Anco Marzio” Roma  
Diploma di Maturità classica. Votazione 42/60.

Buona conoscenza della lingua inglese sia parlata che scritta (numerose pubblicazioni di articoli in lingua inglese).

Buone competenze informatiche: uso quotidiano di Windows (Office: Word, Excel, Power Point), Internet, social networks, e-mail ecc.

## ESPERIENZE PROFESSIONALI

### **Gennaio 2014-Giugno 2020 Nazionale Italiana di Calcio a 5**

Preparatore atletico della squadra assoluta maschile. Vincitrice dei Campionati Europei 2014 ad Anversa (Belgio), quarti di finale ai Campionati Europei Serbia 2016, ottavi di finale ai Campionati Mondiali 2016 in Colombia, girone eliminatorio ai Campionati Europei Slovenia 2018.

### **Gennaio 2011-Dicembre 2014 Nazionale Italiana Femminile di Pallanuoto**

Preparatore atletico della squadra assoluta. 2° classificata alla Superfinal di World League giugno 2011 Tianjin, 4° classificata ai Campionati Mondiali luglio 2011 Shanghai, vincitrice dei Campionati Europei Eindhoven gennaio 2012, 7° classificata alle Olimpiadi di Londra 2012, ottavi di finale ai Campionati Mondiali luglio 2013 a Barcellona, 4° classificata ai Campionati Europei di Budapest luglio 2014.

Gennaio 2017-Maggio 2021 preparatore atletico **Nazionale Italiana Maschile Giovanile di Pallanuoto**. Medaglia di bronzo ai Campionati Mondiali Kuwait dicembre 2019.

Maggio 2021-Dicembre 2024: Preparatore atletico **Nazionale Italiana Femminile di Pallanuoto**. Bronzo ai Campionati Europei 2022 e ai Mondiali 2023. 6° posto Olimpiadi di Parigi 2024.

Gennaio 2025 ad oggi: Coordinatore preparatori atletici **Nazionali Giovanili Maschili di Pallanuoto**. Preparatore atletico Nazionale U20.

1985 a 31 Agosto 2021 Ministero Pubblica Istruzione Roma

Insegnante di Scienze Motorie e Sportive con contratto a tempo indeterminato presso ITI "M. Faraday" di Roma Lido.

Dal 2011 distaccato presso l'Università di Roma Tor Vergata, Scienze Motorie (Medicina e Chirurgia) prima per Dottorato di Ricerca e poi nell'ambito del progetto "Sviluppo dei comportamenti ispirati a uno stile di vita sano, con particolare riferimento all'alimentazione, all'educazione fisica e allo sport". Docente nel corso di laurea in Scienze Motorie e nelle lauree magistrali STS e STAMPA per le materie Sport Natatori, Valutazione Funzionale e Home Training. Dal 31 agosto 2021 in pensione.

Febbraio-maggio 2024 Fortitudo Pomezia Futsal

Preparatore atletico Campionato Nazionale Serie A

2021-2022 e 2022-2023 Todis Lido di Ostia

Preparatore atletico Campionato Nazionale Serie A e serie A2

2020-2021 Cybertel Aniene Calcio a 5

Preparatore atletico Campionato Nazionale Serie A

2013-2014 Futsal Isola Calcio a 5

Preparatore atletico della squadra vincitrice del Campionato Nazionale Serie B.

2011-2013 ASD Cogianco Genzano Calcio a 5

Preparatore atletico della squadra vincitrice del Campionato Nazionale di Serie A2 e della Coppa Italia, promossa in A1. Classificata 4a nel campionato di A1 (regular season) e 2a alla Final Eight di Coppa Italia di A1.

2008-2011 Finplanet Fiumicino Calcio a 5

Preparatore atletico della squadra partecipante al Campionato Nazionale di Serie B. Squadra promossa in A2 nel 2009, Final Eight di Coppa Italia di A2 nel 2010, vincitrice Campionato di A2 e promossa in A1 nel 2011 e nello stesso anno finalista di Coppa Italia di serie A2.

2005-2008 Torrino Sporting Club Roma Calcio a 5

Preparatore atletico della squadra partecipante al Campionato Nazionale di Serie A2 e alla Final Eight di Coppa Italia di A2 nel 2006 e nel 2008.

1991-1996 1998-2000 2002-2004 G.S. BNL Calcio a Cinque Roma

Preparatore atletico della squadra partecipante al Campionato Nazionale di Serie A

- 6 Finali del Campionato Italiano di serie A: 3 titoli vinti
- 2 Finali di Coppa Italia di serie A
- 2 Finali di Coppa Campioni: 1 titolo vinto
- 2 Finali di Supercoppa Italiana: 1 titolo vinto

#### ARTICOLI:

“Olympic female waterpolo players: analysis of anthropometric and body composition data over 20 years.” Melchiorri G, Bonifazi M, Squeo MR, Spada R, Tancredi V, **Viero V**. Journal of Functional Morphology and Kinesiology. 2025

“A Study about a New Standardized Method of Home-Based Exercise in Elderly People Aged 65 and Older to Improve Motor Abilities and Well-Being: Feasibility, Functional Abilities and Strength Improvements.” Melchiorri G, Triossi T, **Viero V**, Marroni S, D'Arcangelo G, Tancredi V. Geriatrics (Basel). 2022

“Effects of long-term detraining on muscle performance in young soccer players.” Melchiorri G, **Viero V**, Lentini D, Annino G, Tancredi V, Triossi T. J Sports Med Phys Fitness. 2023

“Physical Characteristics and Performance Tests in Male Water Polo: A Multiple Regression Analysis on Youth.” Melchiorri G, Triossi T, Bianchi D, Tancredi V, **Viero V**. Int J Environ Res Public Health. 2022

“New aspects for match analysis to improve understanding of game scenario and training organization in top-level male water polo players.” Melchiorri G, **Viero V**, Bianchi D, Tancredi V, Bonifazi M, Campagna A, Triossi T. J Sports Med Phys Fitness. 2022

“Kinematic Analysis of Water Polo Player in the Vertical Thrust Performance to Determine the Force-Velocity and Power-Velocity Relationships in Water: A Preliminary Study.” Annino G,

Romagnoli C, Zanella A, Melchiorri G, **Viero V**, Padua E, Bonaiuto V. Int J Environ Res Public Health. 2021

“Physical and performance variables for talent identification in water polo”. **Valerio Viero**, Tamara Triossi, Daniele Bianchi, Alessandro Campagna, Giovanni Melchiorri. J Sports Med Phys Fitness 2020

“Actual playing time of water polo players in relation to the field position”. Giovanni Melchiorri, **Valerio Viero**, Virginia Tancredi, Roberto Del Bianco e Marco Bonifazi. Human Kinetics 2020

“Use of the pedometer in the evaluation of the effects of rehabilitation treatment on deambulatory autonomy in patients with lower limb arthroplasty during hospital rehabilitation: long-term postoperative outcomes”. Giovanni Melchiorri, **Valerio Viero**, Tamara Triossi, Daniele Bianchi e Virginia Tancredi. The Journal of Physiotherapy Science (accettato, in pubblicazione).

“Proposal for a physical fitness evaluation test battery of an Italian elderly population.” G Melchiorri, G Annino, M Panzarino, **V Viero**, F Campoli, M Lombardo, Elvira Padua. MED SPORT 2017;70:000-000 DOI: 10.23736/S0025-7826.17.03098-8

“Body composition analysis to study long-term training effects in elite male water polo athletes.” Melchiorri G, **Viero V**, Sorge R, Triossi T, Campagna A, Volpe SL, Lecis D, Tancredi V, Andreoli A. J Sports Med Phys Fitness. 2017 Jun 21.

“Shuttle swimming test in young water polo players: reliability, responsiveness and age related value.” G. Melchiorri, **V. Viero**, T. Triossi, E. Padua, M. Bonifazi. J Sports Med Phys Fitness 2017

“New approach to evaluate late arm impairment and effects of Dragon Boat activity in breast cancer survivors.” G. Melchiorri, **V. Viero**, T. Triossi, R. Sorge, V. Tancredi, D. Cafaro, C. Andreis, M. C. Vulpiani, V. M. Saraceni. Medicine 2017 J Sports Med Phys Fitness 2017.

“Anthropometric and performance measures to study talent detection in youth volleyball”. G. Melchiorri, **V. Viero**, T. Triossi, G. Annino, E. Padua, V. Tancredi. J Sports Med Phys Fitness 2017

“Ambulatory assessment of shoulder abduction strength curve using a single wearable inertial sensor.” Picerno P, **Viero V**, Donati M, Triossi T, Tancredi V, Melchiorri G. J Rehabil Res Dev. 2015;52(2):171-80.

“Testing and training of the eggbeater kick movement in water polo: applicability of a new method.” Melchiorri G., **Viero V.**, Triossi T., Tancredi V., Galvani C., Bonifazi M. J Strength Cond Res. 2015.

“Water polo throwing velocity and kinematics: differences between competitive levels in male players.” Melchiorri G, **Viero V**, Triossi T, De Sanctis D, Padua E, Salvati A, Galvani C, Bonifazi M, Del Bianco R, Tancredi V. J Sports Med Phys Fitness. 2014 Nov 4 (Epub ahead of print).

“Late Isometric Assessment of Hip Abductor Muscle and Its Relationship with Functional Tests in Elderly Women Undergoing Replacement of Unilateral Hip Joint.” Melchiorri G, **Viero V**, Triossi T, Sorge R, Marchetti C, Arena NE, Tancredi V. Am J Phys Med Rehabil. 2014 Nov 20.

“Detraining in young soccer players.” Melchiorri G, Ronconi M, Triossi T, **Viero V**, De Sanctis D, Tancredi V, Salvati A, Padua E, Alvero Cruz JR. J Sports Med Phys Fitness. 2014 Feb;54(1):27-33.

“Myoelectric manifestations of muscle fatigue induced by elastic resistance in men and women” Melchiorri Giovanni, Triossi Tamara, **Viero Valerio**, Rainoldi Alberto. Med Sport 2014;67:227-40.

“La forza muscolare negli sport acquatici”. Melchiorri G., **Viero V**. La Tecnica del Nuoto 2018.

“Pallanuoto: l’analisi del tempo giocato”. Melchiorri G., Bianchi D., Triossi T., Sgrò R., **Viero V**. La Tecnica del Nuoto 2017.

“Match analysis nella pallanuoto: il tempo giocato”. Melchiorri G., **Viero V**., Bianchi D., Triossi T., Tancredi V. La Tecnica del Nuoto 2016.

“Profilo di giocatori di diverso livello agonistico”. Melchiorri G, **Viero V**., Campagna A., De Sanctis D., Triossi T., Bonifazi M. La Tecnica del Nuoto 2015.

“Per una pallanuoto moderna” Melchiorri G., **Viero V**., Campagna S., De Sanctis D., Triossi T., Bonifazi M. Scienza&Sport Numero Speciale Olimpiadi 2012

“Efficienza neuromuscolare nel pallanuotista: nuovo sistema di valutazione e allenamento per gli arti inferiori nel pallanuotista”. De Sanctis D., **Viero V**., Triossi T., Padua E., Melchiorri G. La Tecnica del Nuoto 2012.

“Profilo di giocatori di diverso livello agonistico” Melchiorri G., **Viero V**., Campagna S., De Sanctis D., Triossi T., Bonifazi M. La Tecnica del Nuoto Nov. 2011 pag. 16-20.

#### LIBRI:

G. Melchiorri, S. Campagna. “L’allenamento fisico del pallanuotista” 2016 Calzetti e Mariucci. Coautore di 3 capitoli. Pubblicata la versione in inglese alla quale stesura il sottoscritto ha collaborato.

G. Melchiorri. “Resistenze elastiche ed esercizio fisico nello sport e in riabilitazione”. 2013 Edi-ermes. (Collaborazione).

Coautore di 2 capitoli del libro “Home Training”. 2019 Calzetti e Mariucci.

Ha collaborato al libro: “Kinesiology tape” di F. M. Calarco. Dicembre 2012 Phasar edizioni.

#### INTERVENTI A CONVEGNI, SEMINARI E CORSI:

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto, Ostia 22 gennaio 2024. Relazione: “controllo dell’allenamento con l’aiuto di scale di valutazione. Presupposti teorici ed esempi pratici di applicazione nelle squadre giovanili e senior”.

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto, Chianciano 21 novembre 2022. Relazione: “L’importanza della preparazione fisica nelle donne pallanuotiste: proposta di un sistema organizzato di lavoro”.

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto, Riccione 24-25 novembre 2019. Relazione: “Uso delle scale per valutare l’intensità dell’allenamento e il recupero nella pallanuoto”.

**Divisione calcio a 5: Futsal Academy I livello. Roma, Acquacetosa 22-23 novembre 2019. Lezione di Metodologia dell’allenamento: “Allenamento giovanile come base delle prestazioni future”.**

Docente al corso FIN per Allenatore di pallanuoto. Roma Foro Italico, Febbraio 2019. Titolo: “L’allenamento a secco in età giovanile” (2 ore di teoria e 2 ore di pratica).

Docente al corso FIN per Preparatore Atletico. Ostia, Febbraio 2018. Titolo: “La forza muscolare” (4 ore di teoria e 4 ore di pratica).

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto, Ostia 19-20 novembre 2017. Intervento su “Andamento delle variabili fisiologiche in giovani pallanuotisti durante periodo preparatorio”.

Relatore al XV Stage Nazionale AIAC (Associazione Italiana Allenatori di Calcio) Sportilia 10-12/6/2016 sul tema “La coordinazione motoria nell’attività giovanile e la ricerca del talento sportivo”.

**Docente ai Corsi Nazionali Preparatore Atletico per il Calcio di Coverciano dal 2015 al 2018 su: “La preparazione atletica nel Calcio a 5” (10 ore).**

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto, Ostia 4 novembre 2016. Intervento su “Evidenze pratiche per l’allenatore di pallanuoto dalla letteratura scientifica del 2016”.

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto, Chianciano 28 novembre 2015. Intervento su “Novità dal mondo scientifico sulla pallanuoto: analisi della più recente letteratura internazionale”.

Lezione al corso FIN per Preparatore Atletico. Ostia, 24-25 aprile 2015. Titolo: “La forza muscolare” (4 ore di teoria e 4 ore di pratica).

**Docente al Corso Allenatori di Calcio a 5 di Primo Livello dal 2014 al 2018 (6 ore).**

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto, Ostia 1 dicembre 2014. Intervento su “L’allenamento giovanile in palestra: cosa, quando e come allenare”.

**UEFA Futsal Coach Education: pilot seminar. Novara 24-27 febbraio 2014. Organizzato da UEFA Football Education Services. Intervento su: Fitness for Futsal. Warm-ups/Cool downs & Stretching Exercises. Endurance, Speed, Strength & Coordination Exercises.**

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto Ostia 30 novembre 2013, intervento su “Analisi della letteratura scientifica sulla pallanuoto: indicazioni pratiche”

Lezione al corso FIN per allenatori di pallanuoto II livello. Ostia, 25 settembre 2013. Titolo: "Esercizi in palestra: esecuzione ed errori".

Intervento al corso Monotematico FIN per allenatori di pallanuoto. Roma, 8 aprile 2013. Titolo: "Prevenzione infortuni: proposte di lavoro"

Lezione al Corso monotematico sulla preparazione fisica per allenatori di pallanuoto della FIN. Ostia, 18 marzo 2013. Titolo: "Allenamento della forza muscolare in palestra".

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto Ostia 1 dicembre 2012, intervento su "Il detraining e le ricadute nella pallanuoto"

Convegno nazionale allenatori Pallanuoto Chianciano 12 novembre 2011, intervento su "La corretta tecnica degli esercizi in palestra"

Roma, 18/8/2024