

LUCA SULIANI

Coach and Personal Trainer

ISTRUZIONE

Università degli Studi del Molise, Laurea Specialistica in Scienze e Tecniche delle attività motorie preventive ed adattate (AMPA), Campobasso

2019 - 04/11/2021

Laurea magistrale conseguita con votazione 110 su 110 con lode. Titolo dell'elaborato di tesi in Attività Motoria in Età evolutiva:

"Allenamento con i sovraccarichi in età evolutiva: tra mito e taboo"

Università degli Studi del Molise, Laurea Triennale in Scienze Motorie e Sportive

2016 - 11/12/2019

Laurea triennale conseguita con votazione 106 su 110. Titolo

dell'elaborato di tesi in Teoria, Tecnica e Didattica della Pallamano:

"Analisi del contatto fisico e confronto con la disciplina del rugby"

Liceo Classico M. Pagano

2011 - 2016

Licenza superiore superata con votazione di 80 su 100. Titolo

dell'elaborato finale: "Otium cum Dignitate: dalla cultura della mente alla cultura del corpo"

CORSI E ATTESTAZIONI

Qualifica di Preparatore Fisico-Aletico Livello 1, FIR

2021

Qualifica di II Livello Allenatore/Personal Trainer Advanced, FIPE

2021

Corso per Operatore BLS-D PRO Adulto-Bambino-Lattante, Salvamento Agency

2021

Qualifica di Allenatore Livello "Bambini", "Adolescenti", "Adulti" (Ex 1° livello), FIR

2017

Qualifica ESR, Educatore Sviluppo Rugby, FIR

2016

Qualifica di I Livello Allenatore/Personal Trainer, FIPE

2016

SPORT

- Atleta di Rugby presso A.S.D. Hammers Rugby Campobasso
- Atleta di Pesistica Olimpica presso A.S.D. OSCA
- Ex Atleta di Karate presso A.S.D. OSCA, con conseguimento della Cintura Nera. Partecipazione alle finali nazionali di "Campionato Italiano Esordienti ^B^ Kumite", Lido di Ostia (Roma), 2011

ALTRE CERTIFICAZIONI

Corso di Aggiornamento tecnico di pesistica paralimpica – Raduno di valutazione Para-Powerlifting, sede Ariano Irpino (AV)

5 Settembre 2021

Corso di Formazione EDUCAMP CONI 2021

12 Giugno 2021

Corso di Formazione per Esperti, Attività Motoria e Sportiva nella Scuola Primaria e dell'Infanzia

2016

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Tutor Sportivo Scolastico e Referente per il progetto "Scola Attiva Junior", Sport e Salute S.p.A.,

Anno scolastico 2021/2022

Referente tecnico nella scuola secondaria di I grado per la disciplina della Pesistica Olimpica

Tutor Sportivo Scolastico per il progetto "Scola Attiva Kids", Sport e Salute S.p.A.,

Anno scolastico 2021/2022

Tecnico, collaboratore e supporto gestionale nella scuola primaria (Colozza e M. Pagano di Campobasso) per le discipline Atletica Leggera e Rugby

Referente tecnico presso CIP Molise, Campobasso

2021 – In corso

Collaborazioni con le federazioni nazionali in progetti per:

- FIPE, Federazione Italiana Pesistica Olimpica, in qualità di tecnico
 1. "Noi per voi in un click, 2021"

Istruttore di sala presso A.S.D. OSCA, Campobasso

2016 – In corso

Gestione di sala attrezzi, sala cardio fitness, corsi di funzionale e crosstraining. Personal trainer, conduzione di programmi di allenamento per garantire il raggiungimento di obiettivi previsti e dei risultati desiderati.

Istruttore di Pesistica Olimpica presso M2 Movement - Centro Sportivo Integrato, Campobasso

2017 – 2018

Referente tecnico presso CONI Molise, Campobasso

2016 – In corso

Collaborazioni con le federazioni nazionali in progetti scolastici per:

- FIR, Federazione Italiana Rugby, in qualità di tecnico regionale
 1. "Sani e corretti stili di vita con lo sport, Scuola primaria Lucito (CB), 2016"
 2. "Bulli tra il reale e il virtuale: il ruolo dei pari come elemento di trasformazione, Istituto Comprensivo Statale Sant'Elia a Pianisi (CB), 2017"
 3. "Educamp, Campomarino, 2016-2018-2019"
 4. "ABC Sport, Istituto Comprensivo Statale Francesco Jovine Campobasso 2018/2019"
 5. "Scuole aperte allo sport, Istituto Molise Altissimo Carovilli (IS) 2018/2019"
 6. "ABC Sport, Istituto Comprensivo Statale Francesco Jovine Campobasso, 2019/2020"
 7. "Scuole aperte allo sport, Istituto Comprensivo G.Barone Baranello (CB) 2019/2020"

- FIPE, Federazione Italiana Pesistica Olimpica, in qualità di tecnico
 1. "ABC Sport, Istituto Comprensivo Statale Francesco Jovine Campobasso 2018/2019"
 2. "ABC Sport, Scuola Primaria e dell'Infanzia S.Lazzaro - I.C. Giovanni XXIII (IS), 2019/2020"
 3. "Scuole aperte allo sport, Istituto Comprensivo G.Barone Baranello (CB) 2019/2020"

Istruttore di Pesistica Olimpica presso A.S.D Osca, Campobasso

2016 - In corso

Avviamento del settore agonistico della pesistica olimpica e avviamento di società

Allenatore e Preparatore Fisico presso A.S.D. Hammers Rugby Campobasso, Campobasso

2014 - In corso

Allenatore di categoria e preparatore fisico-atletico di categorie:

- 2021, Femminile
- 2021, Maschile - Serie C1
- 2019, Maschile - Serie C2 (preparatore atletico)
- 2016, Maschile - Under 18 (tecnico)

AREA FORMAZIONE

Qualifica di Docente formatore FIR "in quota" alla regione Molise

2021

Qualifica di Docente Nazionale FIPE "in quota" alla regione Molise

2020

Docenza tecnica - collaboratore

Servizio di affiancamento tecnico al Direttore Tecnico del Comitato regionale Molise durante le lezioni pratiche

- Corso I Livello Allenatore/Personal Trainer, FIPE
 1. 2019
-

COMPETENZE

- ★★★★★ Tecnico-specifica del Rugby
- ★★★★★ Tecnico-specifica della Pesistica Olimpica
- ★★★★★ Tecnico-specifica del Body Building
- ★★★★★ Tecnico-specifica dell'Allenamento Funzionale
- ★★★★☆ Tecnico-specifica del Powerlifting
- ★★★☆☆ Inglese
- ★★★★☆ Esperienza in organizzazione e gestione gare e manifestazioni sportive
- ★★★☆☆ Competenze informatiche
- ★★★★★ Competenze gestionali e amministrative delle attività sportive
- ★★★★★ Competenze in progetti sportivi
- ★★★★★ Compilazione di liste gara, iscrizione gare, registrazione atleti
- ★★★★★ Match analysis
- ★★★★★ Tracciature campi
- ★★★★★ Preparazione e allestimenti sedi gare

Dichiarazione sostitutiva di certificazione e dell'atto di notorietà ai sensi degli artt. 46 e 47 e degli artt. 75 e 76 del DPR 445/2000 e successive modificazioni ed integrazioni.

Il sottoscritto Suliani Luca sotto la propria responsabilità, ai sensi e per gli effetti degli articoli 46 e 47 del DPR 445/2000, consapevole di quanto prescritto dagli articoli 75 e 76 del medesimo DPR, rispettivamente sulla responsabilità penale prevista per chi rende false dichiarazioni e sulla decadenza dai benefici eventualmente conseguenti al provvedimento emanato sulla base di dichiarazioni non veritiere, Dichiara Che le informazioni riportate nel seguente curriculum vitae, redatto in formato europeo, corrispondono a verità.

Campobasso, data 13/12/2021

in fede,

firma