ADELE SCIULLO

CURRICULUM VITAE

Data di nascita / **30/12/1994** Età / **30**
Luogo di nascita / **ROMA (RM)**
Cittadinanza / **Italiana**
FORMELLO (RM)
ID / **4569014** aggiornato al **14/02/25**

adele.sciullo@gmail.com

CONOSCENZE LINGUISTICHE

europass

LINGUA MADRE: **Italiano**

INGLESE **DISCRETA**	B1	B2	B1	B1	B2
SPAGNOLO **LIMITATA**	A1	B1	A1	A1	B1

PROSPETTIVE FUTURE E LAVORO CERCATO

INTENZIONE PROSEGUIMENTO STUDI: **Sì** / Altro tipo di master o corso di perfezionamento

OCCUPAZIONE DESIDERATA: **Strength and Conditioning Coach**

PROVINCIA PREFERITA: **1. ROMA**

Obiettivo Professionale

Strength and conditioning coach in team sports or individual sports

ESPERIENZE DI LAVORO/STAGE

Docente Universitario di Pesistica Olimpica - Corso Sport Individuali
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI ROMA FORO ITALICO
Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo
ROMA (RM)
10/2023 - OGGI

Principali attività e responsabilità: Svolgimento di lezioni teorico-pratiche inerenti alle alzate principali della disciplina, strappo e slancio. L'obiettivo è fornire mezzi e metodi agli alunni per renderli in grado di comprendere e insegnare le alzate olimpiche (con i relativi ausiliari), esercizi di forza e accessori, per ottenere le basi per guidare sedute di allenamento per atleti agonisti o altre categorie di soggetti.
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Preparatore fisico Accademia Nazionale di Ginnastica Artistica Femminile di Roma
FEDERAZIONE ITALIANA GINNASTICA
ROMA (RM)
03/2023 - OGGI

Principali attività e responsabilità: Allenamento della forza delle ginnaste in età evolutiva.
L'obiettivo principale è quello di porre le basi per uno sviluppo atletico a lungo termine somministrando stimoli allenanti nel rispetto delle fasi sensibili associate alla crescita, al fine di ottenere miglioramenti prestativi e prevenire infortuni.
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Preparatore fisico Nazionale Italiana Tuffi
FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
(RM)
11/2022 - OGGI

Principali attività e responsabilità: Preparatrice Fisica Nazione Italiana Tuffi - allenamento della forza e potenza Nazionale Senior e Giovanile
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Assistente Prof. Antonio Squillante
OBIETTIVOPERFORMANCE
(MI)
07/2022 - OGGI

Principali attività e responsabilità: CORSO "LA SEDUTA IN PALESTRA PER L'ATLETA"Modulo - Allenamento della Forza con i seguenti metodi: Compensatory Acceleration Training (CAT), Accomodating Resistance Training (ART), Velocity Based Training (VBT).
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Preparatore fisico
HEART OF STEEL ATHLETICS
(RM)
09/2023 - 06/2024

Principali attività e responsabilità: Sviluppo capacità motorie coordinative e condizionali in funzione dell'età biologica e avviamento alla pesistica olimpica; bambini 8-11 anni - adolescenti 12-15 anni
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Preparatore Fisico
POLISPORTIVA S.S LAZIO RUGBY 1927
(RM)
08/2022 - 06/2023

Principali attività e responsabilità: Rehab Coach Primo XV - Campionato Serie A
Strength and Conditioning Coach U19 - Campionato Élite
Strength Coach U15-U17
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Responsabile Preparazione Fisica del Settore Giovanile, CAT. U15-U17-U19
POLISPORTIVA S.S LAZIO RUGBY 1927
(RM)
08/2021 - 06/2023

Principali attività e responsabilità: Coordinare le attività di collaboratori e tirocinanti nella programmazione e gestione delle sedute di allenamento (allenamento della forza in palestra e condizionamento fisico in campo).
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Il presente curriculum vitae contiene informazioni riservate raccolte dal Consorzio Interuniversitario AlmaLaurea. È vietata la riproduzione, parziale o completa e la diffusione a terzi
Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel presente curriculum vitae ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679.

Personal Trainer
ASPERA TRAINING CENTER
ROMA (RM)
09/2022 - 11/2022

Principali attività e responsabilità: Allenamento per il benessere psico-fisico: miglioramento della composizione corporea, forza e fitness cardio-vascolare.
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Preparatore fisico
POLISPORTIVA S.S LAZIO RUGBY 1927
ROMA (RM)
08/2021 - 07/2022

Principali attività e responsabilità: Rehab Coach Primo XV
Assistente preparatore Primo XV
Campionato Top 10 (Eccellenza)
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Preparatore fisico
POLISPORTIVA S.S LAZIO RUGBY 1927
ROMA (RM)
09/2020 - 07/2022

Principali attività e responsabilità: Strength and Conditioning Coach U17 - Campionato Élite
Strength Coach U19 - Campionato Élite
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Preparatore fisico
ATHLETIC SOCCER ACADEMY
ROMA (RM)
08/2020 - 05/2021

Principali attività e responsabilità: Preparatore atletico Esordienti e U15
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Preparatore fisico
TENNIS PROJECT
ROMA (RM)
09/2019 - 07/2020

Principali attività e responsabilità: Preparazione atleticaU12- U14 - U16
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Preparatore fisico
POLISPORTIVA S.S LAZIO RUGBY 1927
ROMA (RM)
10/2018 - 06/2020

Principali attività e responsabilità: Preparazione atletica U16-U18
Resonsabile motricità MINIRUGBY
Assunto come: stagista/tirocinante - consulenza/collaborazione

Assistente di Sala pesi - Personal trainer
MONDOFITNESS
ROMA (RM)
08/2017 - 09/2017

Principali attività e responsabilità: Assistente di sala pesi, personal training e functional training
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Insegnante di danza
MOVARTE DANZA
FORMELLO (RM)
10/2016 - 06/2017

Principali attività e responsabilità: insegnante di danza, gioco e movimento creativo per bambini
Assunto come: stagista/tirocinante - consulenza/collaborazione

Insegnante di danza, gioco e movimento creativo
SISTEMA FITNESS
CAMPAGNANO DI ROMA (RM)
02/2016 - 05/2016

Principali attività e responsabilità: Insegnante di danza, gioco e movimento creativo per bambini
Assunto come: stagista/tirocinante - consulenza/collaborazione

ISTRUZIONE

LAUREA MAGISTRALE
2017 - 2020
TITOLO CERTIFICATO
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI ROMA "FORO ITALICO"

Università degli Studi di Roma "Foro Italico"
Dipartimento di Scienze Motorie, Umane e della Salute
Scienza e tecnica dello sport
LM-68 - Laurea Magistrale in Scienze e tecniche dello sport
Titolo della tesi: Relazione tra polimorfismi dei geni ACTN3, ACE, MCT1 e prestazioni atletiche in giocatori di rugby semi-professionisti. | Materia: BIOLOGIA E BIOCHIMICA APPLICATE ALLO SPORT | Relatore: PARONETTO MARIA PAOLA
Età al conseguimento del titolo: 25 | Durata ufficiale del corso di studi: 2 anni
Votazione finale: **110/110 con lode**
Data di conseguimento: 03/04/2020

LAUREA

Università degli Studi di Roma "Foro Italico"

Il presente curriculum vitae contiene informazioni riservate raccolte dal Consorzio Interuniversitario AlmaLaurea. È vietata la riproduzione, parziale o completa e la diffusione a terzi
Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel presente curriculum vitae ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679.

2014 - 2017
TITOLO CERTIFICATO
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI ROMA "FORO ITALICO"

Facoltà di Scienze Motorie
Scienze Motorie e Sportive
indirizzo: scienze motorie e sportive
L-22 - Laurea in Scienze delle attività motorie e sportive
Titolo della tesi: Motricità riflessa, motricità volontaria, motricità automatizzata. Effetti dell'etA, dell'allenamento, dell'apprendimento motorio | Materia: BASI DELL'ATTIVITA' MOTORIA | Relatore: GALLOTTA MARIA CHIARA
Età al conseguimento del titolo: 22 | Durata ufficiale del corso di studi: 3 anni
Votazione finale: **110/110 con lode**
Data di conseguimento: 27/09/2017

MATURITÀ SCIENTIFICA
MORLUPO
2013

Liceo Scientifico
G.PIAZZI , MORLUPO (RM)
Voto Diploma: **89/100**
Tipo Diploma: diploma italiano

ALTRE ATTIVITÀ DI FORMAZIONE

2024

Allenatore Pesistica Olimpica II Livello
Federazione Italiana Pesistica
Durata: 2 mesi

2022

Corso Preparatore Fisico - Rugby
Federazione Italiana Rugby
Durata: 3 mesi

2022

Clinic 2021 - 2022
ObiettivoPerformance
Corso di perfezionamento - Allenamento della forza e condizionamento fisico, riatletizzazione post-infortunio
Durata: 2 mesi

CORSO DI PERFEZIONAMENTO
2020

Sport Strength Coach - SSC
ISCI
Corsista SSC - Sport Strength Coach
Corso di specializzazione per l'allenamento della forza in preparazione fisica (allenamento della forza in funzione del modello prestativo della disciplina sportiva).

CORSO DI PERFEZIONAMENTO
2020

Masterclass allenamento della forza
ISTITUTO ATS
Corso di specializzazione per l'allenamento della forza in preparazione fisica (allenamento della forza in funzione del modello prestativo della disciplina sportiva).
Durata: 3 mesi

CORSO DI FORMAZIONE
2020 - 2021

Allenatore di pesistica Olimpica 1° Livello
Federazione Italiana Pesistica
(Italia)

CORSO DI FORMAZIONE
2017 - 2018

ISTRUTTORE PERSONAL TRAINER- 2° LIVELLO
Federazione Italiana Pesistica

CORSO DI FORMAZIONE
2016 - 2017

Metodo A.R.P.D e Masterstretch 1° Livello
Università degli Studi di Roma "Foro Italico"
Bodycode system- Nuove tecniche per una perfezionata azione motoria

COMPETENZE INFORMATICHE

OFFICE AUTOMATION

Elaborazione testi: (Avanzato) | **Fogli elettronici:** (Base) | **Software di presentazione:** (Avanzato)

Il presente curriculum vitae contiene informazioni riservate raccolte dal Consorzio Interuniversitario AlmaLaurea. È vietata la riproduzione, parziale o completa e la diffusione a terzi
Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel presente curriculum vitae ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679.

TITOLI DI MERITO/PROFESSIONALI - RICONOSCIMENTI/ACCREDITAMENTI

RICONOSCIMENTO / BORSA DI STUDIO
03/04/2021

Candidatura Premio Marinozzi - Foro Italico
Premio per la qualità della tesi

CONVEGNI E SEMINARI

SEMINARIO
2020

L'intelligenza emotiva nello sport , CONI-SCUOLA DELLO SPORT

CONVEGNO
2019

3rd International Conference of Football , Università Cattolica , Valencia

CONVEGNO
2018

NSCA Italia day , FIPE

SEMINARIO
2018

Managment integrato dell'atleta sano e dell'atleta infortunato , CONI-SCUOLA DELLO SPORT

SEMINARIO
2018

Quickness e agility training , CONI-SCUOLA DELLO SPORT

SEMINARIO
2018

La preparazione fisica di alto livello negli sport di squadra , CONI-SCUOLA DELLO SPORT

SEMINARIO
2018

L'attività giovanile e la formazione degli allenatori , CONI-SCUOLA DELLO SPORT

INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

Atleta di Sollevamento Pesi
Società Sportiva: Heart of Steel Athletics
2018 - Oggi

Il presente curriculum vitae contiene informazioni riservate raccolte dal Consorzio Interuniversitario AlmaLaurea. È vietata la riproduzione, parziale o completa e la diffusione a terzi
Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel presente curriculum vitae ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679.