

## INFORMAZIONI PERSONALI

Lorenzo Brigadoi

TITOLO DI STUDIO  
POSIZIONE RICOPERTA

Laureato in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, collaboro come docente presso l'università della terza età e del tempo disponibile, sono allenatore di nuoto e triathlon e collaboro con diverse palestre per corsi di fitness. Dal 2021 seguo la preparazione atletica in atleti praticanti sport di endurance.

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

Dal 01/01/21 ad oggi

**Preparatore atletico sport di endurance**

Attività o settore: Attività sportiva per atleti

Dal 01/06/21 ad oggi

**Istruttore corsi fitness**

Palestra Lego Gym, <https://www.legogym.it/>

- Istruttore corsi fitness.

Attività o settore: Attività motoria

Dal 01/01/16 ad oggi

**Allenatore squadre nuoto e triathlon**

A.S.D. Buonconsiglio nuoto Trento, <http://www.buonconsiglionuoto.it/>

- Allenatore squadra master, allenatore squadra pre agonismo, allenatore gruppo assoluti, allenatore triathlon

- Istruttore corsi individuali

- Referente per il progetto "centro CONI" nella stagione 2017/2018 e 2019/2020.

- Referente manifestazione "trofeo master Buonconsiglio" dalla stagione 2018.

- Referente manifestazione "swim lake caldonazzo" nella stagione 2018/2019 e 2019/2020

Attività o settore: Attività sportiva per bambini, ragazzi ed adulti

Dal 01/10/16 ad oggi

**Istruttore corsi fitness**

C.U.S. Centro Universitario Sportivo Trento, <https://unitrentosport.unitn.it/cus-trento>

- Istruttore corsi fitness.

- Istruttore progetto "Sport Diffuso" nella stagione 2017/2018 e 2018/2019

Attività o settore: Attività motoria

Dal 01/12/15 ad oggi

**Docente Università della Terza Età e del Tempo Disponibile**

Fondazione "Franco Demarchi", Trento, <https://www.fdemarchi.it/>

- Docente corsi di ginnastica posturale, ginnastica formativa, ginnastica in acqua e nuoto.

- Docente corsi di promozione all'attività fisica

- Formatore docenti motoria

Attività o settore: Promotore di cultura

Dal 05/10/19 ad oggi

**Istruttore nuoto**

Corsi sportivi e ricreativi di "Stefano Benedetti", presso la piscina della cooperativa Villa Maria, Calliano.

- Istruttore di nuoto per bambini 4-10 anni

Attività o settore: Attività motoria

Da giugno a settembre stagioni  
dal 2016 al 2022

### Istruttore centro estivo "CUS CAMP"

C.U.S. Trento, "CUS CAMP – Mattarello", <https://unitrentosport.unitn.it/cus-camp>

- Istruttore di nuoto, triathlon e basket

Attività o settore Attività motoria ludico-ricreativa

Dal 17/06/19 al 09/08/2019

### Istruttore centri estivi "Arca di Noè"

Cooperativa sociale "Arca di Noè Onlus", <https://www.arcadinoetn.it/>

- Referente attività ed istruttore centro estivo

Attività o settore: Attività motoria ludico-ricreativa

Da giugno ad agosto stagioni dal  
2016 al 2022

### Istruttore centri estivi "Aqualandia"

A.S.D. Buonconsiglio nuoto Trento, <http://www.buonconsigliunuoto.it/>

- Istruttore di nuoto e del centro estivo

Attività o settore Attività motoria ludico-ricreativa

Dal 11/08/2017 al 25/08/17

### Assistente colonia estiva Cesenatico

Società cooperativa A.E.R.A.T. di Trento, <https://www.aeratscarl.com/>

Assistente di squadra di ragazzi 14-17 anni

Attività o settore Attività educativa e ricreativa

Dal 15/06/15 al 31/08/15

### Istruttore centri estivi piscina

Società sportiva "Sergio De Gregorio", Verona

- Istruttore di nuoto e del centro estivo

Attività o settore Attività motoria ludico-ricreativa

## ISTRUZIONE

Dal 01/10/2012 al 31/10/2015

### Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive

Università degli studi di Verona

Laurea con percorso elettivo sportivo con votazione di 103/110

#### TIROCINI:

Ho svolto 150 ore di tirocinio presso l'ente "DNA Sport consulting", ente organizzatore di eventi sportivi a Verona, 80 ore di tirocinio presso la piscina "Belvedere" a Verona e 100 ore presso il "Centro per la preparazione al triathlon" sempre a Verona.

Ho aiutato come volontario durante la manifestazione "Special Olympics" svoltasi a Verona e inoltre ho svolto 25 ore di tirocinio in palestra e in piscina con persone anziane.

Nel 2014 ho svolto 50 ore di tirocinio all'interno della scuola superiore professionale "San Micheli" a Verona.

Dal 01/09/09 al 31/06/12

### Diploma superiore

Istituto tecnico per geometri "Andrea Pozzo" a Trento

Diploma superiore con votazione 68/100

Dal 01/09/2007 al 10/06/09

### Liceo scientifico-tecnologico

Istituto superiore "La Rosa Bianca" a Cavalese (TN)

## FORMAZIONE

Settembre 2022

### Allenatore triathlon

Brevetto rilasciato da FITRI (Federazione Italiana Triathlon), Trento

Aprile 2020

### Attestato di partecipazione all'Expert Certification

Elav – Ricerca e formazione per le scienze motorie

- Ottobre 2017 **Allenatore 1° livello nuoto**  
Brevetto rilasciato dalla FIN (Federazione Italiana Nuoto), Roma
- Dicembre 2016 **Assistente bagnanti**  
Brevetto rilasciato dalla FIN (Federazione Italiana Nuoto), Trento
- Dicembre 2016 **Operatore DAE**  
Brevetto rilasciato da Security srl, Trento
- Ottobre 2016 **Massaggiatore sportivo 1° livello**  
Attestato rilasciato da Quinta essenza – centro estetico, Trento
- Aprile 2015 **Personal trainer 1° livello**  
Brevetto rilasciato da FIPE
- Aprile 2015 **Istruttore Nordic Walking 1° livello**  
Brevetto rilasciato da ANWI

## COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiana

Altre lingue

	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1	B1	B1	B1	B1
Esame di B1 informatizzato, Scienze Motorie e Sportive 2015					

Patente di guida Patente di tipo B

**Dati personali** Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".