



Marco Alessio



ESPERIENZE LAVORATIVE E PROFESSIONALI

Titolare impresa edile Casa tecnica e stile 2.0 S.r.l - Vercelli, Vc
06/2019 - ad oggi

Cootitolare e personal trainer New Gold Gym S.r.l - Vercelli, Vc
03/2003 - ad oggi

- Monitoraggio e assistenza dei clienti durante gli esercizi per garantirne la corretta esecuzione e ridurre al minimo gli infortuni.
- Supervisione della sala e del corretto uso degli attrezzi.
- Elaborazione di schede personalizzate di riscaldamento, allenamento e stretching.
- Organizzazione degli allenamenti e combinazione di esercizi adatti al livello di preparazione fisica degli utenti.
- Ideazione di nuovi programmi e monitoraggio dei progressi dei clienti.
- Sviluppo di nuovi programmi o modifica di quelli esistenti al fine di evitare infortuni, massimizzare gli sforzi e agevolare il raggiungimento degli obiettivi di benessere fisico del cliente.
- Suggerimenti e consigli su stile di vita, integratori e corretta alimentazione.
- Cura del cliente e delle sue esigenze fisiche, di fitness e motivazionali orientandolo verso discipline sportive combinate e training personalizzato dedicato al perfezionamento atletico.
- Assistenza nelle fasi di riabilitazione post infortunio per facilitare il recupero in tempi rapidi.



ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Diploma allenatore di pesistica e cultura fisica
FIPCF-CONI - Torino, 06/2002

Diploma maturità
Liceo Scientifico "Amedeo Avogadro" - Vercelli, 07/2000

CONTATTI

Via Giuseppe Failla 31, 13100, Vercelli, Vc

3485306242

casa.tecnica.stile@gmail.com

05/05/1981

categoria B

CAPACITÀ E COMPETENZE

Nel sociale:

- Volontario nella Missione Salesiana in Papua Nuova Guinea 1999-2001
- Volontario campo profughi Onu-Missione Salesiana Angola 2004-2005
- Volontario Orfanotrofio di bambini sieropositivi " Casa della Speranza " Tanzania 2008-2023

- Conoscenza di tecnica e normativa edilizia
- Flessibilità e Dinamismo
- Attenzione ai dettagli
- Organizzazione del cantiere

LINGUE

Italiano: Madrelingua

Inglese: B2
Intermedio avanzato

Francese: B1
Intermedio

Swahili: A2
Base

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio CV ex art. 13 del decreto legislativo 196/2003 e art. 13 del regolamento UE 2016/679 sulla protezione dei singoli cittadini in merito al trattamento dei dati personali

Marco Alessio