

# GIAN MARIO MIGLIACCIO

+39 3487781835



gm@migliaccio.it  
gianmario@pec.migliaccio.it



Cagliari, Via Salvator Rosa 1



linkedin.com/in/migliaccio



facebook.com/migliacciogm



instagram.com/migliacciogm



## LIVELLO DI STUDIO

### **Dottorato di Ricerca**

Università di Roma Tor Vergata  
Scienze dello Sport  
2007 – 2010

### **Laurea Magistrale**

in Scienze della  
Nutrizione Umana  
Università degli Studi di  
Roma 5.

### **Laurea Specialistica**

in Scienza e Tecnica dello Sport  
Università degli Studi di  
Cagliari.  
110/110 e lode

*Precedenti:*

Equiparazione con esami per  
laurea Triennale in Scienze  
motorie Univ.Cagliari,  
Diploma ISEF sede l'Aquila

**Iscritto all'Ordine dei BIOLOGI**

## SKILLS

Formazione

Ricerca

Divulgazione Scientifica

Marketing & Comunicazione

Gestione team internazionali

## PROFILO IN BREVE

Ho sviluppato l'esperienza professionale nei campi della formazione e della ricerca scientifica passando dalle attività di base post universitarie, alla gestione di team di ricerca, alla creazione e direzione di laboratori di ricerca scientifica applicata allo sport ed alla divulgazione scientifica internazionale.

Ho maturato l'esperienza necessaria per comunicare in ogni forma, tecnologica o social o personale sia in lingua italiana che inglese.

Conosco il mondo della comunicazione applicata alla formazione sportiva e all'insegnamento universitario, soprattutto in area tecnico sportiva e della nutrizione, in ogni suo aspetto.

Da ricercatore indipendente ho affrontato le tematiche più attinenti al mondo dello sport con specifica applicazione al campo con l'obiettivo del trasferimento, in ottica evidence based practice, al personale tecnico operante negli sport individuali e di squadra.

Da imprenditore ho sviluppato negli anni progetti internazionali legati principalmente alla comunicazione ed il marketing che si sono conclusi con l'esperienza quinquennale a Beijing (Cina) alle soglie del 2010.

Nel corso dell'ultimo decennio la mia principale attività è stata invece orientata al campo scientifico ed alla formazione legata alla high performance, contribuendo a formare staff internazionali per le Olimpiadi di Londra 2012, Rio 2016 e Tokyo 2020 (differito).

Dal 2016 la passione per la ricerca scientifica e la formazione mi ha focalizzato verso un progetto innovativo di divulgazione scientifica all'interno delle maggiori piattaforme social portando (alla data odierna) ad essere uno dei principali divulgatori dei settori sport, fitness e nutrizione con un seguito di oltre 200mila persone.

**Ritengo di poter dare il mio contributo agli obiettivi strategici dell'Università Telematica Niccolò Cusano, ed in particolare nel settore M-EDF/02 e pertanto mi candido alla selezione.**

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

*Attività professionali o di  
insegnamento Universitario  
tecnico-scientifiche*

## ESPERIENZA PROFESSIONALE IN CAMPO UNIVERSITARIO

### ABILITAZIONE MIUR 2016

*Abilitato a Professore Universitario di 2a. fascia (2016/2023) dal  
Ministero Università e Ricerca - bando ASN 2016*

### PROFESSORE A CONTRATTO

- 1 Docente a contratto anno 2008 Corso di Laurea in "Scienze Motorie e Sportive" (Tecnica e Didattica degli Sport Natatori) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Cagliari 4 CFU M-EDF/02.
- 2 Docente a contratto anno 2009 Corso di Laurea in "Scienze Motorie e Sportive" (Tecnica e Didattica degli Sport Natatori) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Cagliari 4 CFU M-EDF/02
- 3 Docente a contratto anno 2010 Corso di Laurea in "Scienze Motorie e Sportive" (Tecnica e Didattica degli Sport Natatori) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Cagliari 4 CFU M-EDF/02
- 4 Didattica integrativa ai sensi della legge 30 dicembre 2010, n.240 durante il Dottorato di Ricerca anni 2008/2009/2010 Corso di Laurea Specialistica in "Scienze dello Sport" (Tecnica e Didattica degli Sport Natatori) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Roma Tor Vergata 6 CFU M-EDF/02
- 5 Cultore della Materia anni 2010/2011/2012 Corso di Laurea Specialistica in "Scienze dello Sport" (Tecnica e Didattica degli Sport Natatori) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Roma Tor Vergata M-EDF/02
- 6 Cultore della Materia anni 2015/2016/2017 Corso di Laurea "Scienze Motorie e Sportive" Facoltà di Psicologia presso l'Università Telematica eCampus di Novedrate M-EDF/02
- 7 Docente a contratto anno 2012 Corso di Laurea in "Scienze Motorie e Sportive" (Metodologia dell'Allenamento) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Cagliari 8 CFU M-EDF/02
- 8 Docente a contratto anno 2013 Corso di Laurea in "Scienze Motorie e Sportive" (Metodologia dell'Allenamento) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Cagliari 8 CFU M-EDF/02
- 9 Docente a contratto anno 2014 Corso di Laurea in "Scienze Motorie e Sportive" (Metodologia dell'Allenamento) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Cagliari 8 CFU M-EDF/02
- 10 Docente a contratto anno 2010 Corso di Laurea in "Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica" (Attività fisica in pazienti psichiatrici) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Cagliari 4 CFU M-EDF/01
- 11 Docente a contratto anno 2011 Corso di Laurea in "Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica" (Attività fisica in pazienti psichiatrici) Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Cagliari 4 CFU M-EDF/01
- 12 Tutor anno 2014 Corso di Laurea in "Scienze Pedagogiche" (Attività fisica nelle fasce evolutive) Facoltà di Psicologia presso l'Università di Cagliari 4 CFU M-EDF/01

Segue

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

Attività professionali o di  
insegnamento Universitario  
tecnico-scientifiche

## ESPERIENZA PROFESSIONALE IN CAMPO UNIVERSITARIO

1. Relatore di 16 tesi di laurea triennale dal 2008 al 2014 su tematiche di Scienze dello Sport - Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università di Cagliari
2. Numerose attività seminariali in Italia (2008 → 2014) rivolte agli studenti dell'Università degli Studi di Cagliari e Roma Tor Vergata inerenti le tematiche di Didattica degli Sport individuali; Metodi di valutazione motoria e sportiva; Metodologia dell'allenamento
3. Numerose attività con esercitazioni sul campo alla presenza di atleti (2010 → 2014) rivolte agli studenti dell'Università degli Studi di Cagliari e Roma Tor Vergata inerenti le tematiche di Didattica degli Sport individuali; Metodi di valutazione motoria e sportiva; Metodologia dell'allenamento

## VALUTAZIONI SCIENTIFICHE

Con riferimento al Decreto Ministeriale 25 maggio 2011 n. 243 Pubblicato nella Gazzetta Ufficiale del 21 settembre 2011 n. 220, lo scrivente dichiara:

- per l'Art. 3 Comma 1 (Decreto Ministeriale 25 maggio 2011 n. 243): lo scrivente (Author ID: 54684953400 fonte Scopus) ha pubblicato il primo articolo scientifico per il settore bibliometrico nel dicembre del 2011 per un totale di 29 articoli scientifici fino a dicembre 2018 senza interruzione
- per l'Art. 3 Comma 2 (Decreto Ministeriale 25 maggio 2011 n. 243): lo scrivente (Author ID: 55201190000 fonte Scopus) dichiara i seguenti valori
  - a) numero totale di citazioni 344
  - b) *h*-index 13
  - c) 88 Co-autori nel Network

## INCARICHI ISTITUZIONALI

1. Delegato dal CISM, Comitato Italiano Scienze Motorie, all'audizione il 2 aprile 2019 presso la **Commissione Cultura della Camera dei Deputati** sul Disegno di Legge 1603-bis "**Deleghe al Governo e altre disposizioni in materia di ordinamento sportivo, di professioni sportive nonché di semplificazione**".

## REVISORE SU RIVISTE SCIENTIFICHE INTERNAZIONALI

- 2011 ad oggi su *International Journal of Sport Medicine*  
ISSN : 0172-4622
- 2013 ad oggi su *Biology of Sport* eISSN: 2083-1862.  
ISSN: 0860-021X
- 2014 ad oggi su *The Journal of Strength & Conditioning Research* ISSN: 1064-8011; Online ISSN: 1533-4287
- 2014 ad oggi su *Frontiers in Physiology*  
ISSN: 1663-4365

Segue

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

*Speaker a Congressi*

*Scientifici Internazionali.*

PRESENTAZIONI ORALI

## ESPERIENZA PROFESSIONALE IN CAMPO UNIVERSITARIO

### Presentazioni orali ai Congressi

- 1. ECSS European Congress of Sport Science 2016 (ORAL)**  
Congress 2016 (July 2016 Vienna)  
“EFFECTS OF CIRCADIAN RHYTHMS ON NIGHT-TIME SWIMMING DURING THE OLYMPICS: WILL PERFORMANCE BE AFFECTED? – A PILOT STUDY FOR RIO 2016”
- 2. ACSM American College Sports Medicine 2014**  
Congress 2014 (May 27-31 Orlando USA)
  - “8 WEEKS OF DETRAINING EFFECTS ON METABOLIC DEMANDS AND WAIST-HIP RATIO IN ELDERLY”
  - “A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL ON INTENSIVE FITNESS AND ELDERLY QUALITY OF LIFE OVER TIME”
- 3. ECSS European Congress of Sport Science 2014 (ORAL)**  
Congress 2014 (July 2014 Amsterdam)  
“EFFECTS OF DETRAINING ON METABOLIC DEMANDS AFTER 12 WEEKS OF VIGOROUS TRAINING PROGRAM IN A RANDOMIZED GROUP OF OVER65 YRS ”
- 4. Asian Conference of Sport Science 2013**  
2013 Hong Kong Sports Institute, 25-26 October  
“UPHILL RUNNING AND TRAINING”
- 5. Beijing Sports University (ORAL)**  
2007 ICCE Global Coach Conference Theses – August 31 – September 3, 2007  
“Middle distance Runners : A study of cardiometabolic recovery after exercise performed on workloads in higher and lower anaerobic threshold”

### Speaker invitato ai congressi come relatore

- **International Conference of Medical Fitness and Corrective Exercise**  
ICMFCE – Instambul – September 28-30 2018  
“HIIT to elderly subjects: how much is too much”? - **Migliaccio Gian Mario**
- **Sports Physiology and Performance – International Congress**  
National Sports University, KIEV (Ukraine) – Sept, 12 2014  
“Physiological aspect os Swimming Power” – **Migliaccio Gian Mario**

Oltre 30 Abstract presentati ai congress nazionali come poster dal 2007 al 2017

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

*Divulgazione scientifica*

## ESPERIENZA PROFESSIONALE E DIVULGATIVA

### LIBRI NAZIONALI

6. **FP2N – Forza, Potenza, Performance e Nutrizione**  
Prima edizione 2017 - Publishing editor: SSL - Distribuzione:  
Territorio Italiano, Italian, online  
ISBN : 978-1520918235
7. **HIIT ESSENZIALE**  
Prima edizione 2017 - Publishing editor: SSL - Distribuzione:  
Territorio Italiano, Italian, online  
ISBN : 978-8894246308
8. **ACIDO LATTICO ESSENZIALE**  
Prima edizione 2018 - Publishing editor: SSL - Distribuzione:  
Territorio Italiano, Italian, online  
ISBN : 978-8894246339
9. **FORMULA HIIT – L'allenamento ad alta intensità per Sport & Fitness**  
Prima edizione 2019 - Publishing editor: SSL  
Distribuzione: Territorio Italiano, Italian, online and bookstore  
ISBN: 978-8894246391
10. **MAXIMA PERFORMA - Migliora le tue prestazioni con lo sport, il fitness, e la nutrizione**  
Prima edizione 2019  
Casa editrice **MONDADORI**  
Distribuzione: Territorio Italiano, Italian, online and bookstore  
ISBN: 978- 8891823922
11. **FORMULA 24h – L'allenamento nella ricerca dei marginal gains**  
Prima edizione Ottobre 2020 - Publishing editor: SSL  
Distribuzione: Territorio Italiano, Italian, online and bookstore  
ISBN: In pubblicazione

### DIVULGAZIONE SCIENTIFICA SOCIAL

Dal 2015 realizzazione di oltre 1400 Video di divulgazione scientifica per i settori dello sport, Fitness e nutrizione con il raggiungimento di oltre 200 mila followers in Italia.

Attualmente uno dei principali divulgatori scientifici “Evidence Based” in Italia.

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

*Attività professionali o di  
formazione tecnico-sportive  
di indirizzo scientifico*

## ESPERIENZA PROFESSIONALE IN CAMPO SPORTIVO

**CONI Comitato Regionale Sardegna** | Cagliari | 2009 - 2014

*Direttore Scientifico Scuola Regionale dello Sport*

Responsabile regionale dei programmi di formazione in collaborazione con le Università, le Federazioni Sportive, gli enti di formazione sportive.

Specificatamente per le aree della formazione:

- Progetto, conduzione e verifica dei programmi formativi sport-specifici.
- Selezione e formazione docenti regionali
- Programmazione, gestione e monitoraggio dell'offerta formativa annuale

Specificatamente per le aree della ricerca scientifica:

- Ideazione e direzione del progetto internazionale "laboratorio dello sport" che ha coinvolto in 4 anni 600 atleti, 13 Università Internazionali e portato alla pubblicazione di 46 studi scientifici su riviste di alto impact factors.
- Presentazione e divulgazione dei risultati ottenuti, come speaker, nei principali congressi mondiali di Sport Science & Medicine
- Ideazione e diffusione di progetti sperimentali per l'attività fisica come prevenzione per soggetti Over65 anni. In 5 anni oltre 100 laureati in Scienze Motorie formati sui protocolli scientifici, 12 pubblicazioni o presentazioni scientifiche, oltre 800 partecipanti (ad oggi)

**FSN Federazioni Sportive Nazionali** | 2008/2016

*Formatore corsi tecnici per le Federazioni:*

*FIN Federazione Italiana Nuoto*

*FITRI Federazione Italiana Triathlon*

*FICK Federazione Italiana Canoa Kajak*

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

*Attività di Amministrazione  
o di controllo ovvero compiti  
direttivi presso imprese.*

---

## ESPERIENZA PROFESSIONALE IN CAMPO D'IMPRESA

**SPORT SCIENCE LAB srl** | StartUP Innovativa | 2017 – Presente  
*Amministratore*

Socio fondatore ed amministratore unico. La startup innovativa è specializzata in progetti di “divulgazione scientifica” verso I settori Sport, Fitness e Nutrizione.

Specificatamente:

- Programmi di alta formazione per professionisti
- Programmi di formazione continua in e-learning
- Diffusione sui mercati mondiali di produzioni editoriali ad alto contenuto innovativo

**SPORT SCIENCE LAB ltd** | London | 2014 - 2017

*Director*

Direttore della società, specializzata in “*Physiological Assessment for Elite Athletes*”.

Specificatamente:

- Formazione scientifica internazionale
- Test avanzati di valutazione fisiologica per atleti olimpici internazionali
- Performance strategies per team internazionali dei settori sport & fitness
- Sports & Medicine Research

**Made In It srl** | Cagliari, Beijing (China) | 1999 – 2013

*Socio fondatore, poi amministratore, poi direttore sede Beijing*

StartUp innovativa nelle .dot com, prima società del settore Internet diffusa a livello nazionale in Franchising, specializzata in comunicazione e marketing per reti nazionali ed internazionali di franchising.

Specificatamente:

- Progetti di comunicazione per le reti nazionali ed internazionali di franchising (da McDonalds a Coin a Rosso Pomodoro a OVS etc)
- Progetti di recruiting web-oriented per la ricerca e selezione di partner investitori sia in Italia che all'estero, diffusione in 52 nazioni con personale madrelingua
- Progetti di marketing promotion presso I mercati asiatici di Cina, Malesia e Singapore
- Strategies agreements tra Governi asiatici ed enti istituzionali italiani per la diffusione dei brand.

**AKOS** | Cagliari | 1988 - 1999

*Socio fondatore – Agenzia di Comunicazione*

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

*Sistema sportivo Olimpico e  
medicina dello sport*

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

*Altre esperienze attinenti alle  
specificità statutarie dell'ente  
e al ruolo per il quale si  
presenta la candidatura  
presso L'Università  
UNI Cusano*

## ESPERIENZA PROFESSIONALE INTEGRATIVA E SPECIFICA PER LA POSIZIONE RICHIESTA

### Conoscenza del settore della Medicina dello Sport

*Si ritiene utile segnalare:*

- Membro ACSM American College Sports Medicine (USA) e ECSS European College Sport Science e presenter ai congressi scientifici
- Consulente in Fisiologia dello Sport per il settore Performance presso il centro di Medicina dello Sport di Parma (resp. Dott. Gianfranco Beltrami)
- Revisore internazionale per le riviste scientifiche delle aree Sport Science & Medicine: Biology in Sport, Frontiers in Physiology, International Journal Sports Medicine

### Sport Scientist per atleti internazionali

- ADN Swimming Project | Sport Scientist per atleti Olimpici delle nazioni Russia, Francia, Ucraina e Lituania dal 2013 al 2016 (sede di lavoro Caserta) con 2 atleti convocati a RIO
- Energy Standard | Sport Scientist per atleti Olimpici delle nazioni Ucraina (sede di lavoro Kiev e Dnipropetrovsk) dal 2014 al 2016 con 5 atleti convocati a RIO
- Exercise is Medicine | ACSM – progetto scientifico internazionale per attività fisica per over65 con il riconoscimento dell'American College Sports Medicine

### Attività di Testing & Performance

- Dal 2010 al 2014 Test di valutazione funzionale e performance per atleti di livello nazionale su 26 discipline sportive, con oltre 500 atleti testati. (Attività correlata al Laboratorio dello Sport del CONI)
- Dal 2010 al 2016 Test di valutazione funzionale, analisi della performance ed applicazione programmi di EBT, Evidence Baed Training, ad atleti di livello Internazionale ed olimpico. A titolo di esempio, durante la collaborazione con i club Internazionali ADN Swimming Project e Energy Standard e nazionali, Schermabrescia (Consulente allenatore Massimo Omeri)

### Sport Scientist & Physiologist per atleti di livello mondiale:

- Andrey Govorov - Ukraine (European Championship, Tel Aviv 2015 - 1° place 50 Fly)
- Andrey Khlaptzov - Ukraine (European Junior Championship, BAKU 2015 - 1° place 50fly | Singapor 2015 - 1° place 50fly)
- Darina Zevina - Ukraine (World Championship, Doha 2014 - 3° place 100 Back)
- Andrea Cassarà Oro Olimpico Fioretto (Militare, arma dei Carabinieri) (Test pre Olimpiade Londra 2012)
- Michail Romanchuck - Ukraine - 1500 crawl (Militare, Polizia Ucraina) | Campione del Mondo 1500m Nuoto 2017/8
- Sergey Frolov - Ukraine - 1500 crawl (Militare, Polizia Ucraina)

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

*Competenze trasversali*

## ESPERIENZA PROFESSIONALE INTEGRATIVA E SPECIFICA PER LA POSIZIONE RICHIESTA

### **Conoscenza di di tutti i software di elaborazione ed in particolare:**

- Software Polar, Suunto, Garmin GPS, Timex GPS.
- Telemetry system for heart rate (Hosand) , 12 people real time over and underwater
- Oxygen Gas Exchange Medgraphics v2000
- Oxygen Gas Exchange Cosmed Fit Mate
- Armband sensor BodyMedia,
- GPS 10hz for sports team
- Lactate and Glucose test
- Treadmill and other ergometers incremental tests
- Heart Rate Variability test
- Professional spirometer and plicometer for body composition, including BIA system.
- Power-force production with multiple instrument over and underwater
- Competent with most Microsoft Office programs and advanced experience with HTML including WordPress, Joomla and Coldfusion programming.
- Competent with most Adobe and Corel programs as Photoshop, Premiere, After Effects, Corel Draw and advanced experience with graphic and video design for marketing and visual communication and presentation
- Competent with the most important software for statistical analysis as OpenGraph, SPSS and other

### **Conoscenza di tutti I software ed i metodi legati alla formazione a distanza**

- Prima connessione internet 1994 (video on line)
- Prima email 1995, dominio "migliaccio.it" 1996
- Realizzazione del primo portale per la formazione a distanza e-learning "e-school.it" 2001
- Primo servizio internazionale con certificazione USA della Macromedia per I video streaming "Streaming2Business" 2003
- Advanced Adobe per I programmi Photoshop, Premiere, AfterEffects, Illustrator, InDesign
- Advanced Microsoft per l'intero pacchetto Office
- Advanced Social per la gestione e lo sviluppo delle piattaforme Facebook, Instagram, LinkedIn, YouTube, Facebook ADS, telegram
- Advanced Social per sistemi di e-commerce ed elearning su piattaforme dedicate ed APP android ed IOS
- Organizzatore del maggiore evento online durante il "Lockdow" denominato Corpore Sapiens (corporesapiens.it) che ha raggiunto 1,5 milioni di spettatori nelle 12 ore di diretta il 29 marzo 2020

## ESPERIENZA RELATIVA ALLE ATTIVITA' DI:

*Competenze trasversali*

## ESPERIENZA PROFESSIONALE INTEGRATIVA E SPECIFICA PER LA POSIZIONE RICHIESTA

*Specificatamente al punto richiesto, si confermano le esperienze internazionali già indicate per l'utilizzo della lingua inglese a fini lavorativi, scientifici e professionali.*

*Altre lingue utilizzate nel passato ma non più praticate: Spagnolo (ottimo), Francese (medio), Russo (base), Cinese (base)*

## ESPERIENZA PROFESSIONALE SPECIFICA

*Specificatamente al punto richiesto, si segnalano gli interessi personali e professionali per la comunicazione in ogni forma, il public speaking, il time management, la dizione ed il giornalismo.*

*Nel tempo libero amo la lettura, lo sport, la musica ma sempre dopo il tempo dedicato ai miei due figli.*

*Mi riservo di indicare referees a richiesta.*

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" e successive integrazioni

**Gian Mario Migliaccio**



Cagliari, 21.09.2020