

Curriculum Vitae

Dati personali

Nome e cognome

Dott. Mirco La Mendola

Data di nascita

Indirizzo

Cittadinanza

Telefono

Formazione scolastica

1989 Diploma di maturità in „Segretario d'amministrazione”

2004 Diploma presso la Scuola Professionale per l'Industria e Artigianato ottenendo la specializzazione di Estetista Massaggiatore

Diploma professionale come „Wellnesstrainer” presso la Scuola Professionale di Merano (BZ)

2013 Laurea in scienze motorie presso Università San Raffaele Roma con votazione 110 e Lode.

2015 Laurea Magistrale presso Università degli studi dell'Aquila in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate con votazione di 110/110

Diplomi specifici

Hockey-Trainer 1° Grado (Italia)

Licenza di „Trainer B” presso il BSA Lehrzentrum (Germania)

Specializzazione come Backschool trainer (Austria)

Personal-Trainer (Austria)

Allenatore di Pesistica e Cultura Fisica CONI

Brevetto di Assistente Bagnante (Italia)

Primo soccorso ed utilizzo defibrillatore (Italia)

Nordic Walking (Italia)

Fit preparatore atletico (Italia)

Diversi e numerosi attestati di partecipazione a corsi di specializzazione, tra cui "specializzazione per l'allenamento di persone disabili" (Italia/Fipe)

Esperienza

Allenatore di Hockey su ghiaccio fino alla serie „B”

Impiegato presso la pubblica amministrazione dal 1985

Fitnesstrainer, allenatore per attività di gruppo sia In che Outdoor presso il Moving-Wellness-Center di Merano

Personal Trainer

Wellness-Trainer in diversi Wellnesshotel a Merano

e dintorni, tra cui, Vigilius-Mountain R ssort di San Vigilio,
attualmente **Wellness- e Personal-Trainer** in **Villa Eden** a
Merano (ditta Kurinvest, Via Winkel 70 a Merano)
preparatore atletico per SSV Bozen Handball (serie A) campione
d'Italia stagione 2016/2017
preparatore atletico tennis presso SV Lana
preparatore atletico per pallavolo Neugries
Docente corsi Personal Trainer FIPE di I livello
Docente nazionale FIPE Master di pesistica olimpica a Roma
Docente nazionale FIPE corso di alta specializzazione a Roma
Promoter centri Coni
Docenze presso scuola primaria in Alfabetizzazione Motoria
Docente Scuola Regionale dello Sport Coni

Lingue

Italiano, tedesco e inglese

Pubblicazioni:

Abstract "Programming motor activity program by a non invasive,
systematical, experimental protocol of individual evaluation"
SISMES 2013 pubblicato "Sport Sciences for Health".
Abstract "Evaluation of the relationship amid ematic lactate and
aerobic threshold. Anlysis of results according to used formels,
activity statuts and anthropometric factors" SISMES 2015
pubblicato "Sport Sciences for Health".

Informatica:

Buona conoscenza dei sistemi operativi principali Microsoft come
Windows, vari corsi di Word Excel etc. e buona padronanza in
navigazione Internet

Sociale:

Consigliere dell'associazione dei laureati in scienze motorie Alto
Adige