

CURRICULUM VITAE

INFORMAZIONI PERSONALI

Cognome e Nome **DI MARIO ALBERTO**

PERCORSO DA ATLETA

Campione Italiano di Judo
Atleta Azzurro
Atleta del centro Sportivo Carabinieri

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- (1990) Diploma di Maturità Scientifica.
- (1993) Diploma ISEF di Roma con 110/110 con lode.
- (1995) Diploma di perfezionamento in “Biomeccanica applicata all’attività sportiva agonistica” conseguito presso l’ISEF di Roma.
- (1997) Diploma di perfezionamento in “Valutazione funzionale dell’atleta” conseguito presso l’ISEF di Roma.
- (2000) Laurea in Scienze Motorie e Sportive presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell’Università di Tor Vergata – con votazione 110/110 con lode.
- (2002) Master di I livello in “Metodologia dell’allenamento” presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell’Univ. di Tor Vergata – Roma
- (2003) 1° Corso per Allenatore Europeo di IV livello Scuola Dello Sport – CONI

ESPERIENZA LAVORATIVA

- Dal 1993- ad oggi | **Preparatore Atletico Centro Sportivo Carabinieri**
- Dal 2019 – ad oggi | **Comandante Sezione Preparatori – Centro Sportivo Carabinieri**
- Dal 1993- 2008 | Responsabile Corsi di Formazione per Istruttore Militare di Educazione Fisica
Docente Corsi di formazione per Istruttore di Difesa Personale e Tecnica del Disarmo
- Dal 1995-2014 | Preparatore Atletico Nazionale Italiana Militare di Judo
- Dal 1999-2014 | Docente ai corsi di Formazione per Tecnici di 1°-2°-3° Livello Federazione Sportiva: FIJLKAM
- Dal 2003-2021 | Docente ai corsi di Formazione per Tecnici Europei di IV Livello presso la Scuola dello Sport-
CONI
- Dal 2004-2021 | Docente ai corsi di Formazione e Aggiornamento per Tecnici di 1°-2°-3° Livello per le
Federazioni Sportive:
Fed. Italiana Pallavolo (FIPAV)
Fed. Italiana Scherma (FIS)
Fed. Italiana Hockey (FIHP)
Fed. Italiana Pesì e Cultura Fisica (FIPE)
Fed. Italiana Vela (FIV)
Fed. Italiana Wushu (FIWUK)
Fed. Italiana Tennis Tavolo (FITeT)
Fed. Motociclistica Italiana (FMI)
Fed. Italiana Arrampicata Sportiva (FASI)
Fed. Italiana Tiro Dinamico Sportivo (FITDS)
Fed. Italiana Pugilato (FPI)
Fed. Italiana Canottaggio (FIC)
Fed. Italiana Nuoto (FIN) – settore Pallanuoto
Fed. Italiana Rugby (FIR)
Fed. Italiana Pentatlon Moderno (FIPM)
Fed. Italiana Football Americano (FIDAF)
Fed. Italiana Sport Invernali (FISI)
Fed. Italiana Ciclismo (FCI)
- Dal A.A.2004/05- A.A. 2006/07 | Docente in “Teoria e Metodologia dell’allenamento” presso il Master I Livello, Università degli
Studi di Roma “La Sapienza”.
- Dal 2005-2014 | Preparatore atletico (F.I.J.L.K.A.M.) Squadre Nazionali di Judo
(Olimpiade di Pechino)
(Olimpiade di Londra)
- Dal A.A. 2006/2007- ad oggi | **Docente (Contratti di Didattica Integrativa e/o Esercitativa) nella materia “Sport di
Combattimento” presso il Corso di Laurea Specialistica (LS75s)/Magistrale (LM68) in
Scienza e Tecnica dello Sport, Università degli Studi di Roma “Foro Italico” (già IUSM).**

- Dal 2007- 2008 Preparatore atletico (F.I.P.A.V.) Squadra Nazionali Seniores Maschile di Pallavolo **(Olimpiade di Pechino)**
- Dal A.A. 2009/2010- 2022/2023 Docente in “Teoria e Metodologia dell’allenamento negli Sport di Combattimento presso il Corso di Laurea Magistrale in Scienza e Tecnica dello Sport, Università degli Studi di Roma “Tor Vergata”.
- Dal 2010 – 2011 Preparatore atletico (FIN) Squadra Nazionale Seniores Femminile di Pallanuoto
- Dal 2011 – 2012 Preparatore atletico Andreoli Latina (Campionato di Superlega maschile)
- Dal 2013 – 2021 *Preparatore atletico (FIS) Squadra Nazionale Seniores di Sciabola*
(Olimpiade di Rio deJaneiro)
(Olimpiade di Tokyo)
- Dal 2013 – 2014 Preparatore atletico Top Volley Latina (Campionato di Superlega maschile)
- Dal 2013 – 2016 Preparatore atletico (F.I.J.L.K.A.M.) Settore Lotta Greco-romana
(Olimpiade di Rio deJaneiro)
- Dal 2014 – 2021 *Preparatore atletico (FIPAV) Squadra Nazionale Seniores di Beach Volley.*
(Olimpiade di Rio deJaneiro)
(Olimpiade di Tokyo)
- Dal 2014 – 2017 Preparatore atletico Modena Volley (Campionato di Superlega maschile)
- Dal 2017 – 2021 Preparatore atletico (FIPAV) Squadra Nazionale Seniores maschile di Pallavolo
(Olimpiade di Tokyo)
- Dal 2021 – 2024 Preparatore atletico (FIC) Squadra Nazionale Seniores maschile e femminile di Canottaggio
(Olimpiade di Parigi)
- Dal 2022 – ad oggi **Docente ai Corsi di Formazione Olimpica del C.O.N.I.**
- Dal 2022 – ad oggi **Consulente Area Metodologia Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del Coni**

Attività scientifica - Seminari:

- Relatore al Seminario dal titolo: “La Fisiologia e il campo: esperienza con la squadra Olimpica di Judo”. 30 Maggio 2005, Istituto Universitario di Scienze Motorie (IUSM) di Roma.
- Relatore al Seminario dal titolo: “Le problematiche dell’allenamento della forza” 24 giugno 2006, Scuola dello Sport - Roma.
- Relatore al Seminario dal titolo: “L’ottimizzazione dell’insegnamento delle abilità tecniche e tattiche negli sport di combattimento 21 maggio 2007, Scuola dello Sport - Roma.
- Relatore al Seminario dal titolo: “La programmazione dell’allenamento” 27 aprile 2007, Centro Olimpico F.I.J.L.K.A.M. Ostia - Roma.
- Relatore al Seminario dal titolo: “Il calo peso: Aspetti biologici e tecnici negli sport di combattimento” 16 maggio 2008, Centro Olimpico F.I.J.L.K.A.M. Ostia - Roma.
- Relatore al Seminario dal titolo: “La gestione integrata delle strategie nutrizionali: la nostra esperienza alle ultime Olimpiadi” 18 dicembre 2008, Università di Roma - Tor Vergata.
- Relatore al Seminario dal titolo: “Esecuzione tecnica e sviluppo della rapidità” 09 marzo 2009, Scuola dello Sport – Roma
- Relatore e moderatore al Seminario dal titolo: “la valutazione da campo della prestazione giovanile” 18 maggio 2009, Scuola dello Sport - Roma.
- Relatore al Seminario dal titolo: “Allenamento con sovraccarichi” 8 marzo 2010, Scuola dello Sport - Roma.
- Relatore al Congresso Nazionale per allenatori di Pallanuoto, 22 novembre 2010, Chianciano Terme.
- Relatore al Seminario Internazionale dal titolo: “Sport da Combattimento” 18 ottobre 2011, Salone d’onore del CONI – Roma
- Relatore al Seminario dal titolo: “Composizione e funzionamento degli Staff nella conduzione di squadre e atleti” 25 settembre 2013, Scuola dello Sport – Roma
- Relatore alla Conferenza Tecnica Nazionale Federazione Italiana Canottaggio dal titolo: “la strada maestra del canottaggio italiano” 29-30 settembre 2014, Terni
- Relatore al Seminario nazionale dal titolo: “Cosa c’è di nuovo a proposito della FORZA” 26 ottobre 2014, Sala CONI Casa delle Federazioni – Genova
- Relatore al 4° Seminario Tecnico della Scuola Nazionale dello Sport dal titolo: “L’allenamento della Forza” 6 maggio 2015, Aula Magna presso il Centro di Preparazione Olimpica Giulio Onesti - Roma.

- Relatore al Seminario di alta formazione e aggiornamento dal titolo: “L’allenamento combinato della Forza/Resistenza per il pattinatore” 29 novembre 2015, Aula Magna SDS - Roma.
- Relatore al Seminario Tecnico della Scuola Nazionale dello Sport dal titolo: “Dose-response nell’allenamento: relazione tra carico e risposta” 08 marzo 2017, Aula Magna SDS - Roma.
- Relatore al Seminario Tecnico “Effetti della pandemia su allenamento e prestazione negli atleti d’élite” della Società Italiana delle Scienze Motorie e sportive (webinar) 30 marzo 2021.
- Relatore al Seminario nazionale dal titolo: “La specificità dell’allenamento della Forza” 17 novembre 2022, Aula Magna presso il Centro di Preparazione Olimpica Giulio Onesti - Roma.
- Relatore al Congresso Nazionale “The Coach Experience 2024” dal titolo: “La specificità nell’allenamento della Forza: L’esperienza negli sport olimpici” 06 giugno 2024, Fiera di Rimini.

- Pubblicazioni:

- Sbriccoli P, I Bazzucchi, **A Di Mario**, G Marzattinocci, F Felici. ASSESSMENT OF MAXIMAL CARDIO-RESPIRATORY PERFORMANCE AND MUSCLE POWER IN THE ITALIAN OLYMPIC JUDOKA. *Journal of Strength and Conditioning Research* 2007 21(3) pagg 106-112.
- Felici F, M Bruscolotti, **A Di Mario**, V Romanacci, P Sbriccoli. PHYSIOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ELITE JUDO ATHLETES AND ENERGY DEMAND DURING A JUDO COMPETITION. *55° Congresso Nazionale della Società Italiana di Fisiologia (SIF)*, Pisa, 4-7 Ottobre 2004 (Atti del congresso, pag. 54).
- Sbriccoli P, **A Di Mario**, V Figuccio, F Felici NEUROMUSCULAR CONTROL DURING ISOKINETIC KNEE EXTENSION IN TOP LEVEL KARATEKA. *Congresso Internazionale IMSS-Roma, Roma*, 21-23 Novembre 2007 (Atti del congresso).
- **Di Mario A** L’ALLENAMENTO CON I SOVRACCARICHI. *Athlon*, n°5, 2006, pagg 33-35
- Melchiorri G, **A Di Mario**, Manno R, Padua E. POSTURA ED ESERCIZI CON SOVRACCARICO. *SDS*, n°75, Ottobre-Novembre 2007, pagg 53-58.
- Camomilla V., Sbriccoli P., **Di Mario A.**, Arpante A., Felici.F COMPARISON OF TWO VARIANTS OF KATA TECHNIQUE (UNSU): THE NEUROMECHANICAL POINT OF VIEW. *Journal of Sport Science and Medicine* 2009 8(3) pagg 29-35.
- Anastasi A., Barbolini M., **Di Mario A.**, ASPETTI DELL’ALLENAMENTO DELLA FORZA NELLA PALLAVOLO DI ALTO LIVELLO. Calzetti-Mariucci, 2009

- **Di Mario A.**, LA PROGRAMMAZIONE DELL'ALLENAMENTO: "ANALISI DEL MESOCICLO PRE-GARA NEL JUDO". *Collana FIJLKAM n°24, Ottobre 2009, pagg 15-18.*
- Melchiorri G, **A Di Mario**, Manno R, Padua E., NUOVI ELEMENTI DI VALUTAZIONE FUNZIONALE NEGLI SPORT DA COMBATTIMENTO. *Collana FIJLKAM n°24, Ottobre 2009, pagg 15-18.*
- **Di Mario A.**, Quinzi F., Felici F., Manno R, Sbriccoli P. SISTEMA CARDIOCIRCOLATORIO E POTENZA MUSCOLARE NEL JUDO. *SDS, n°86, Luglio-Settembre 2010, pagg 45-50.*
- **Di Mario A.**, "ALLENARE L'ATLETA": LA FORZA E LA VELOCITA'-RAPIDITA'. Cap III. *Edizioni SDS, 2010, pagg 77-122.*
- Sbriccoli P, Camomilla V, **Di Mario A**, Quinzi F, Figura F, Felici F. NEUROMUSCULAR CONTROL ADAPTATIONS IN ELITE ATHLETES: THE CASE OF TOP LEVEL KARATEKA. *European Journal of Applied Physiology*, 108(6): 1269-1280, 2010.
- Quinzi F, V Camomilla, F Felici, **A Di Mario**, P Sbriccoli. DIFFERENCES IN NEUROMUSCULAR CONTROL BETWEEN IMPACT AND NO IMPACT ROUNDHOUSE KICK IN ATHLETES OF DIFFERENT SKILL LEVELS. *Journal of Electromyography and kinesiology* 23(1):140-150, 2013.
- Quinzi F, Sbriccoli P, Alderson J, **Di Mario A**, Camomilla V. INTRA-LIMB COORDINATION IN KARATE: EFFECT OF REACHING OR NOT REACHING THE TARGET. *Human Movement Science* 2013
- **Di Mario A.**, "PREPARARE ALLO SPORT": LA PREPARAZIONE FISICA NEGLI SPORT DA COMBATTIMENTO. Cap XVII. *Edizioni SDS, 2014, pagg 285-300.*
- Quinzi F, V Camomilla, F Felici, **A Di Mario**, P Sbriccoli. AGONIST AND ANTAGONIST MUSCLE ACTIVATION IN ELITE ATHLETES: INFLUENCE OF AGE. *European Journal of Applied Physiology*, 2014.
- **Di Mario A.**, "NUTRIZIONE PER LO SPORT IN ETA' EVOLUTIVA": DALLA TEORIA ALLA PRATICA: JUDO. Parte II. *Nono solo Fitness Editrice, 2015, pagg 239-246.*
- A. Donati, **A. Di Mario**, A. Cardone, C. Donatelli, V. Carlozzi, N. Brigati, V. Di Salvo. I MOVIMENTI SPECIFICI DEL CALCIATORE. *Il Nuovo Calcio*, 2021.
- A. Cardone, **A. Di Mario**, M. R. Squeo, N. Brigati, D. Ortolina, S. Crotta, A. Gianfelici. SPECIAL PERFORMANCE CURLING TEST. *Scienza e Sport*, 2023.
- A. Vivian, D. Chiadò, A. Fiore, A. Donati, A. Gianfelici, **A. Di Mario**. TPEE TEST ELITE. TEST SPECIFICO PER LA SPADA. *Scienza e Sport*, 2024.