

**CURRICULUM
PROFESSIONALE**

INFORMAZIONI PERSONALI

Nome e Cognome	Dario Pompa
Indirizzo residenza	
Telefono	
E-mail	
Data e luogo di nascita	https://orcid.org/0000-0002-2347-0975
ORCID	https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=58847204900
Scopus	https://scholar.google.com/citations?hl=en&user=3MHtKWUAAAAJ
Google Scholar	

ESPERIENZA PROFESSIONALE

SPORTIVA

- **Date (08/2022 – 06/2026)**
Nome e indirizzo del datore di lavoro
Tipo di azienda o settore
Tipo di impiego
Principali mansioni e responsabilità
Preparatore atletico Nazionale Italiana A Maschile di Calcio a 5
Federazione Italiana Giuoco Calcio (FIGC), Via Gregorio Allegri 14, Roma (RM), Italia
Sport
Lavoro autonomo in base agli impegni internazionali della squadra nazionale maggiore
Responsabile della performance dei giocatori tramite analisi stress-recupero durante i periodi di raduno della nazionale italiana. Lavoro sulla forza, agilità e controllo del carico esterno di allenamento e gara tramite IMU K-Sport.
- **Date (06/2019 – 10/2021)**
Nome e indirizzo del datore di lavoro
Tipo di azienda o settore
Tipo di impiego
Principali mansioni e responsabilità
Responsabile della Performance
Philadelphia Union, 2501 Seaport Dr 19013, Chester (PA), Stati Uniti
Sport, Major League Soccer (MLS).
Lavoro a tempo pieno
Analisi neuromuscolare e metabolica (uso di IMU, EMG e GPS), programmazione dell'allenamento della forza e metabolico, valutazione funzionale, analisi fisico-tattica contestuale della partita.
- **Date (01/2015 – 09/2021)**
Nome e indirizzo del datore di lavoro
Tipo di azienda o settore
Tipo di impiego
Direttore formazione e ricerca
Accademia Preparatori Fisici (APF), Via Dalmine 225, Roma (RM), Italia
Formazione
Collaborazione Sportiva

Principali mansioni e responsabilità	Organizzazione e conduzione di formazione sulla valutazione e l'allenamento neuromuscolare e metabolico per gli sport di squadra
• Date (01/2020 – 06/2020)	Consulente Sport Science
Nome e indirizzo del datore di lavoro	FC Bayern München Basketball GmbH, Siegenburger, Straße 45, München, Germania
Tipo di azienda o settore	Sport, Basketball (Bundesliga)
Tipo di impiego	Consulenza da remoto
Principali mansioni e responsabilità	Analisi dei dati del carico di allenamento e di gara tramite Local Position System (LPS)
• Date (10/2017 – 06/2019)	Responsabile Sport Science
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Knowles Athletic (High Performance Sports), 224 County Line Rd, Wayne (PA), Stati Uniti
Tipo di azienda o settore	Sport
Tipo di impiego	Lavoro a tempo pieno
Principali mansioni e responsabilità	Studio e analisi della qualità del movimento in atleti d'élite infortunati, con particolare attenzione alla fase eccentrica e alla relazione tra forza e angoli articolari degli arti inferiori, nei movimenti balistici verticali e orizzontali (utilizzo di pedana di forza, IMU ed EMG).
• Date (07/2014 – 05/2016)	Preparatore Atletico
Nome e indirizzo del datore di lavoro	S.F.F. Atletico, Via Fertilia 52, Fregene (RM), Italia
Tipo di azienda o settore	Sport, Calcio (Serie D)
Tipo di impiego	Lavoro a tempo pieno
Principali mansioni e responsabilità	Analisi neuromuscolare e metabolica (GPS), programmazione dell'allenamento della forza e metabolico, valutazione funzionale.
• Date (10/2012 – 03/2013)	Consulente Sport Science
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Coritiba foot-bal Clube, Rua Ubaldino do Amaral, 37 Bairro Alto da Glória, Curitiba (PR), Brasile
Tipo di azienda o settore	Sport, Calcio (Brasileiro).
Tipo di impiego	Consulenza
Principali mansioni e responsabilità	Monitoraggio neuromuscolare e metabolico dei calciatori (GPS e frequenza cardiaca).
• Date (07/2008 – 06/2010)	Preparatore Atletico
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Rugby Roma Olympic 1930, Via delle Tre Fontane 5, Roma (RM), Italia
Tipo di azienda o settore	Sport, Rugby (Top Ten).
Tipo di impiego	Lavoro a tempo pieno
Principali mansioni e responsabilità	Programmazione dell'allenamento della forza e metabolico, analisi neuromuscolare (utilizzo dell'encoder), valutazione funzionale.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (11/2021 – 06/2025)

Tesi

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Dottorato di ricerca in Medicina Traslazionale con la certificazione aggiuntiva di Doctor Europaeus

'A Jump forward in strength and conditioning research and practice: new ways to advance strength training by optimizing cognitive approaches'. Tesi redatta e discussa in inglese

Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di Medicina e Scienze dell'Invecchiamento - sezione di ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE
Via Luigi Polacchi, 66100, Chieti (CH), Italia

Durante il mio dottorato, ho studiato gli effetti delle strategie cognitive sulla forza muscolare in atleti, sotto la supervisione dei Professori Maurizio Bertollo, Marco Beato (University of Suffolk, UK) e in collaborazione con il Prof. Howie Carson (University of Edinburgh, UK). Il progetto ha incluso una revisione sistematica pubblicata su JSCR (2024), uno studio sperimentale condotto su atleti d'élite di basket (pubblicato su IJSP, 2025), uno studio comparativo tra calcio, futsal e atletica leggera (Scientific Reports, 2026)

Qualifica conseguita

Dottore di Ricerca in Medicina Traslazionale con la certificazione aggiuntiva di "Doctor Europaeus"

Livello nella classificazione nazionale

QNQ Livello 8 – Dottorato di Ricerca (SSD GSD 06/MEDF-01/b)

- Date (12/2010 – 06/2012)

Tesi

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Master di I livello in "Teorie e Tecniche della Preparazione Atletica nel calcio"

'Confronto cinematico tra sprint e cambi di direzione: il ruolo chiave della coordinazione'. Relatore Dr. R. Sassi

Università di Pisa, Via Roma 55, 56126, Pisa Italia

Fisiologia dell'esercizio, modello prestativo del calcio e aspetti tecnico tattici, psicologia dello sport, teoria e metodologia dell'allenamento fisico per il calcio, traumi e incidenti di gioco, fattori di rischio e programmi di prevenzione degli infortuni, valutazione e controllo dell'allenamento: teste e misura del carico interno ed esterno
Diploma di Master universitario di I livello

Qualifica conseguita

QNQ Livello 7 – Master universitario di I livello (60 CFU)

Livello nella classificazione nazionale

- Date (10/2009 – 04/2011)

Tesi

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Laurea magistrale in Scienze e Tecniche dello sport (LM-68)

'Influenza dei possessi palla sulla performance fisica del giovane calciatore'. Relatore: Prof. S. D'Ottavio

Università degli studi di Roma 'Tor Vergata', Facoltà di Medicina e Chirurgia, Via Montpellier 1, 00133, Roma (RM) Italia

Valutazione funzionale e sEMG nell'esercizio fisico per lo sport; metodologia dell'allenamento: sport di squadra e sport individuali; modelli statistici applicati alla valutazione degli sport di squadra; principi di biochimica dell'esercizio; biologia dello sport; ricerca e

pratica applicata in psicologia dello sport, dell'esercizio e della salute; fisiologia muscolare e metabolismo; patologie dell'apparato muscoloscheletrico; neurologia; patologia clinica; endocrinologia.
Laurea Magistrale

Qualifica conseguita
Livello nella classificazione nazionale

QNQ Livello 7 – Laurea Magistrale (120 CFU)

• Date (11/2008 – 10/2009)

Master di I livello in “Personal Trainer: Basi Scientifiche e Metodologiche”

Tesi

‘Analisi della Performance nel Rugby’. Relatore: Prof. S. D’Ottavio
Università degli studi di Roma ‘Tor Vergata’, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Via Montpellier 1, 00133, Roma (RM) Italia

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Programmi di allenamento della forza per ipertrofia, potenza e sport; ricerca scientifica nello sport; valutazione funzionale ed ergonomica; metodi e tecniche di stretching; biomeccanica dello sport; strategie e tecniche di comunicazione interpersonale.

Qualifica conseguita

Diploma di Master universitario di I livello

Livello nella classificazione nazionale

QNQ Livello 7 – Master universitario di I livello (60 CFU)

• Date (19/2005 – 10/2008)

Laurea di primo livello in Scienze Motorie

Tesi

‘Differenze tra intermittente con la palla e senza palla nel calcio a 5’.
Relatore: Prof. V. Manzi

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Università degli studi di Roma ‘Tor Vergata’, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Via Montpellier 1, 00133, Roma (RM) Italia

Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Teor. Tec. Didat. Sport Squadra, Teor. Tec. Didat. Natatori, Teor. Tec. Didat. Sport individuali, Teoria, Metodologia attività motorie, Teoria e metodologia del movimento umano, alimentazione e nutrizione umana, Attiv. Mot. Fitness adulti anziani, statistica, fisiologia, T.T.D. attiv. Mot. Sportiva età evolutiva, neurologia, attiv. Mot. Sport adattata, traumatologia dello sport, biomeccanica, attiv. Mot. Prev. Compensat, metod. Tec. Valutaz. Motoria, patologia generale

Qualifica conseguita

Laurea Triennale

Livello nella classificazione nazionale

QNQ Livello 6 – Laurea Triennale (180 CFU)

• Date (04/2007 – 01/2008)

Corso di formazione “Metodi e Tecniche di allenamento nel calcio”

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Università degli studi di Roma ‘Tor Vergata’, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Via Montpellier 1, 00133, Roma (RM) Italia

• Date (2008 – 2023)

Qualifiche Professionali Acquisite:

Certified Performance and Sport Scientist (CPSS) – NSCA, USA (2023)

Preparatore fisico di base basket – FIP, Italia (2023)

Certified Strength and Conditioning Specialist (CSCS) – NSCA, USA (2018)

Certified Functional Strength Coach Level 1 (CFSC) – MB, USA (2017)

Preparatore Atletico Professionista – FIGC, Italia (2016)

Allenatore di giovani calciatori UEFA Grassroots C – FIGC, Italia (2014)

Maestro di Pesistica & Personal Trainer 3° livello – FIPE, Italia (2008)

ATTIVITÀ DI RICERCA

- Date (12/2024 – oggi)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Principali tematiche oggetto della ricerca

Borsa post-doc (secondo anno)

Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di Medicina e Scienze dell'Invecchiamento - sezione di ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE
Via Luigi Polacchi, 66100, Chieti (CH), Italia.

Borsa di ricerca di studio "iPrevent: implementazione del programma di lavoro e raccolta dati con i soggetti reclutati nello studio pilota" - finanziata con i fondi iPrevent erasmus+SPORT (D73C23000260005). Raccolta dati gruppo di intervento e di controllo del programma di allenamento "iPrevent" su giovani calciatori under 18. Analisi dati e scrittura articolo scientifico.

- Date (3 mesi:
06-09/2026)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Attività di ricerca all'estero (post dottorato)

University of Edinburgh, Human Performance Science Research Group, Institute for Sport, Physical Education and Health Sciences, Edinburgh, United Kingdom

Approfondimento sulle teorie di apprendimento e controllo motorio durante gesti sportivi

- Date (6 mesi:
01-07/2025)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Principali tematiche oggetto della ricerca

Attività di ricerca all'estero (post dottorato)

University of Valladolid, Valoración del Rendimiento Deportivo, Actividad Física y Salud y Lesiones Deportivas (REDAFLED), Department of Didactics of Musical, Plastic and Corporal Expression, Faculty of Education, Soria, Spain

Ricerca per il progetto europeo "I Prevent Injuries in Grassroots and Amateur Sports by Using Digital Tools (iPREVENT)

- Date (3 mesi:
05-07/2024)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Principali tematiche oggetto della ricerca

Attività di ricerca all'estero (durante il dottorato)

University of Edinburgh, Human Performance Science Research Group, Institute for Sport, Physical Education and Health Sciences, Edinburgh, United Kingdom

Approfondimento sulle teorie di apprendimento e controllo motorio durante gesti sportivi

- Date (3 mesi:
02-04/2024)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Principali tematiche oggetto della ricerca

Attività di ricerca all'estero (durante il dottorato)

University of Suffolk, School of Health and Sports Sciences, Ipswich, United Kingdom

Approfondimento sull'analisi della Performance nel calcio e valutazione e allenamento della forza tramite flywheel

PUBBLICAZIONI SCIENTIFICHE

16 pubblicazioni – 53 citazioni – 5 h-index (Scopus)

*Corresponding Author

- Numero, Anno, Titolo **16.** (2026) Carson H.J, Pişirici P, D’Onofrio R, Bertollo M & Pompa D. Investigating internal and external focus of attention strategies during return-to-sport tests post-anterior cruciate ligament reconstruction (ACLR): Letter to the Editor. *Physical Therapy in Sport* Q1, 3.2 (2025)
- Quartile, Impact Factor Q1, 3.2 (2025)
- Numero, Anno, Titolo **15.** (2026) Beato M, Troiani P, Zinco C, Pompa D*, Bertollo M, Savoia C. Within-System Agreement Between Real-Time and Post-Processed Data Using Dynamix from League Optical Tracking (Hawk-Eye) in Professional Football. *Sports*. Q1, 3.2 (2025)
- Quartile, Impact Factor Q1, 3.2 (2025)
- Numero, Anno, Titolo **14.** (2026) Esposito F, Bertollo M, Pompa D, Beato M & Angonese M. Classifying the Invisible Game: Towards a Structured Taxonomy of Off-the-Ball Behaviors in Football. *International Journal of Sports Science & Coaching*. Q2, 2.5 (2025)
- Quartile, Impact Factor Q2, 2.5 (2025)
- Numero, Anno, Titolo **13.** (2026) Pompa D, Carson H. J, Romagnoli R, Lucadamo A, Lagala F, Bovolon L, Caporale A. S, Manzi V, Beato M, Sartor F, Berchicci M & Bertollo M. Effect of movement goal on countermovement jump performance: An exploratory analysis of different sporting demands. *Scientific Reports*. Q1, 4.9 (2025)
- Quartile, Impact Factor Q1, 4.9 (2025)
- Numero, Anno, Titolo **12.** (2026) Troiani P, Lucadamo A, Pompa D*, Savoia C, Laterza F, Bertollo M & Beato M. Influence of contextualized physical performance metrics on offensive and defensive outcomes in professional football players. *Biology of Sport* Q1, 6.4 (2025)
- Quartile, Impact Factor Q1, 6.4 (2025)
- Numero, Anno, Titolo **11.** (2025) Buglione A[†], Pompa D^{†*}, Beato M, Rocchi MBL, Savoia C, Bertollo M, Curzi D, Sisti D & Perroni F. Measured vs. Estimated VO_{2max} in the Yo-Yo Endurance Test: An Exploratory Study in Professional Soccer Players. *Sports* Q1, 3.2 (2025)
- Quartile, Impact Factor Q1, 3.2 (2025)
- Numero, Anno, Titolo **10.** (2025) D’Onofrio R, Laterza F, Savoia C, Pompa D, Masucci M & Manzi V. Walking-to-jogging transition after anterior cruciate ligament reconstruction in soccer players. Clinical and postural/ functional criteria. A scoping review. *Muscle, Ligaments and Tendons Journal* Q3, 1.1 (2025)
- Quartile, Impact Factor Q3, 1.1 (2025)
- Numero, Anno, Titolo **09.** (2025). Pompa D, Bovolon L, Carson H, Caporale A, Di Fronso S, Beato M, Digno M, Berchicci M & Bertollo M. Effect of Idiosyncratic and Relevant Focus of Attention Strategies in Explosive Strength Tasks: An Exploratory Study. *International Journal Sports Physiology and Performance*

Quartile, Impact Factor	Q1, 3.3 (2025)
• Numero, Anno, Titolo	08. (2025). Castillo D, Marqués-Jiménez D, Bertollo M, López-Flores M, Bovolon L, De Fano A. & <u>Pompa D</u> . A systematic review and meta-analysis of various injury prevention programs in youth soccer players. <i>BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation</i>
Quartile, Impact Factor	Q1, 3.4 (2025)
• Numero, Anno, Titolo	07. (2025). D’Onofrio R., Perna P, <u>Pompa D</u> , Civitillo C, Sannicandro I, & Manzi V. Asymmetry, lumbo-pelvic hip complex and injury in European soccer players. <i>The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness</i>
Quartile, Impact Factor	Q3, 1.3 (2025)
• Numero, Anno, Titolo	06. (2024). D’Onofrio R., <u>Pompa D*</u> , Savoia C, Masucci M, Laterza F & Manzi V. Pressing, pressure and re-aggressing as tactical movement of anterior cruciate ligament injuries in women’s soccer. <i>The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness</i>
Quartile, Impact Factor	Q3, 1.3 (2024)
• Numero, Anno, Titolo	05. (2024). Savoia C, Laterza F, Lucadamo A, Manzi V, Azzone V, Pullinger S. A, Beattie C.E, Bertollo M & <u>Pompa D</u> . The Relationship Between Playing Formations, Team Ranking, and Physical Performance in the Serie A Soccer League. <i>Sports</i>
Quartile, Impact Factor	Q1, 2.9 (2024)
• Numero, Anno, Titolo	04. (2024). <u>Pompa D*</u> , Caporale A, Carson H. J, Beato M & Bertollo M. Influence of the constraints associated with the numerical game situations on the technical-tactical actions of U-11 football players in Spain: A commentary on Garcia-Angulo et al. (2024). <i>International Journal of Sports Science & Coaching</i>
Quartile, Impact Factor	Q2, 2.1 (2024)
• Numero, Anno, Titolo	03. (2024). Laterza F, Savoia C, Bovenzi A, D’Onofrio R, <u>Pompa D</u> , Annino G & Manzi V. Influence of Substitutions and Roles on Kinematic Variables in Professional Soccer Players. <i>International Journal of Sports Medicine</i>
Quartile, Impact Factor	Q2, 2.2 (2024)
• Numero, Anno, Titolo	02. (2024). di Fronso S, Robazza C, <u>Pompa D</u> & Bertollo M. Dreaming while awake: The beneficial effects of yoga Nidra on mental and physical recovery in two elite karate athletes. <i>Heliyon</i>
Quartile, Impact Factor	Q1, 3.6 (2024)
• Numero, Anno, Titolo	01. (2024). <u>Pompa D</u> , Carson H. J, Beato M, di Fronso S & Bertollo M. Attentional Focus Effects on Lower-Limb Muscular Strength in Athletes: A Systematic Review. <i>The Journal of Strength and Conditioning Research</i>
Quartile, Impact Factor	Q1, 3.0 (2024)

**PUBBLICAZIONI RIVISTE E LIBRI
NAZIONALI NON INDICIZZATI**

- Numero, Anno, Titolo **03.** (2025). Fatiguso R, Pompa D & Bertollo M. Il calcio femminile giovanile: analisi, confronto e valutazione sperimentale dell'allenamento intermittente breve e lungo negli small-side-games *Scienza & Sport; Ottobre 2025*
- Numero, Anno, Titolo **02.** (2025). Pompa D & de Keijzer K. Capitolo "Principi dell'allenamento della forza nel calcio". Il manuale del preparatore di calcio moderno. *Calzetti Mariucci; Ottobre 2025* (ISBN 9788860287595)
- Numero, Anno, Titolo **01.** (2025). Pompa D, Cardone A, di Mario A, Brigati N, Scocca A, Donati A. Valutazione metabolica durante le partite delle nazionali maschili di futsal. Un case study. *Scienza & Sport; Luglio 2025*

**ATTIVITÀ DI INSEGNAMENTO
CORSI DI LAUREA UNIVERSITARI**

- Date (A.A. 2025/2026
Il semestre)
Nome e tipo di istituto di
istruzione o formazione

CFU e monte ore
Docenza a contratto "Coaching Sportivo" MEDF-01/B (EX MEDF/02)

Università degli Studi "Niccolò Cusano", Dipartimento di Scienze politiche, giuridiche, sociologiche e umanistiche - Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport (LM-68). Via Don Carlo Gnocchi, 3 Roma
2 CFU
- Date (A.A. 2025/2026
Il semestre)
Nome e tipo di istituto di
istruzione o formazione

CFU e monte ore
Docenza a contratto "Preparazione Fisica e Personal Training" MEDF-01/B (EX MEDF/02)

Università degli Studi "Niccolò Cusano", Dipartimento di Scienze politiche, giuridiche, sociologiche e umanistiche - Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport (LM-68). Via Don Carlo Gnocchi, 3 Roma
1 CFU
- Date (A.A. 2025/2026
Il semestre)
Nome e tipo di istituto di
istruzione o formazione

CFU e monte ore
Docenza a contratto "Teoria e Metodologia dell'allenamento degli sport 2" MEDF-01/B (EX MEDF/02)

Università degli Studi "Niccolò Cusano", Dipartimento di Scienze politiche, giuridiche, sociologiche e umanistiche - Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport (LM-68). Via Don Carlo Gnocchi, 3 Roma
1 CFU
- Date (A.A. 2025/2026
I semestre)
Titolare Docenza a contratto "Metodologia didattica dello sport" (I anno) MEDF-01/B (EX MEDF/02)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>Università degli studi di Bari "Aldo Moro", Dipartimento di Medicina di Precisione e Rigenerativa e Area Jonica - Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport (LM-68). Lungomare Starita, 1/B Bari</i>
CFU e monte ore	<u>3 CFU</u> , 30 ore
• Date (A.A. 2024-2025/2025-2026 Il semestre)	Titolare Docenza "Valutazione e allenamento della forza nello sport: dal recupero infortuni alla performance" (II anno) MEDF-01/B (EX MEDF/02)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di scienze mediche orali e biotecnologiche, Tirocinio Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate (LM-67) Via dei Vestini - campus universitario 66100 - Chieti (CH), Italia</i>
CFU e monte ore	<u>2 CFU</u> , 36 ore per anno (<u>4 CFU</u> totali)
• Date (A.A. 2025-2026)	Seminario "Misure cinematiche e dinamiche attraverso pedana di Forza e dispositivo IMU"
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di Ingegneria e Geologia, Corso di Studi in Professioni Tecniche per l'Edilizia e il Territorio – V.le Pindaro, 45 – 65127 Pescara (PE), Italia</i>
CFU e monte ore	2 ore
• Date (A.A. 2024-2025/2025-2026 Il semestre)	Seminario "Strength Training for Kids" (Attività adattata nell'infanzia e nell'anziano, II anno)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>Università degli studi di Udine, Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate (LM-67) Via Gemona, 92 – 33100, Udine (UD), Italia</i>
CFU e monte ore	2 ore per anno
• Date (15/10/2023)	Seminario "Futsal Performance"
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>Università telematica eCampus, Master di I livello Preparazione atletica nel calcio per i settori giovanili</i>
CFU e monte ore	4 ore
• Date (A.A. 2021 – Oggi)	Co-Insegnamento Metodologia del movimento umano, allenamento della forza negli atleti paralimpici, attività motorie nelle diverse età, psicomotricità e attività motorie adattate (durante il dottorato e post-doc)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Corso di Laurea Triennale in Scienze delle attività motorie e Sportive (L-22 R), Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate (LM-67) Via dei Vestini DEI - campus universitario 66100 - Chieti (CH), Italia</i>
CFU e monte ore	50 ore

**ATTIVITÀ DI DOCENZA E
SEMINARI PROFESSIONALI**

• Date (2022 - Oggi)	Docente scuola regionale dello sport Abruzzo corsi di formazione SNaQ di 1° livello per FIV, FISR, FederKombat, Fijlkam
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Comitato regionale Abruzzo Olimpico CONI) Via Montorio al Vomano, 18, 67100 L'Aquila, Italia
• Date (23/03/2026)	“Sviluppo e monitoraggio della forza muscolare in età giovanile: Presupposti scientifici e applicazioni pratiche”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Congresso “La forza per tutti. Salute, Sviluppo e Prestazione”. Università ‘G. d’Annunzio’ di Chieti-Pescara, Chieti (CH) – FIPE, Chieti
• Date (23/03/2026)	“Movimenti multidirezionali nel calcio: Aspetti Metabolici”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Convegno internazionale Training Day All in One Day. Università degli studi di Urbino “Carlo Bo”, Urbino.
• Date (20/03/2026)	“Effects of Focus of Attention Strategies and Movement Goals on Lower-Limb Muscular Strength in Athletes: New ways to advance strength training by optimizing cognitive approaches”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Società Italiana delle Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). Webinar Online
• Date (11/11/2025)	“Smart Futsal: IMU come chiave per la valutazione del carico esterno e le differenze con il calcio”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	K-Sport Online Webinar
• Date (30/11/2024)	Docente Progetto Formazione SNAQ 2° livello: Le basi dell’allenamento sportivo, Organizzazione dell’allenamento, Apprendimento motorio e sviluppo delle abilità sportive.
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI). CPO G. Onesti, Roma
• Date (26/01/2026)	“Principi dell’allenamento della forza nel calcio”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Associazione Italiana Allenatori Calcio (AIAC), Webinar online
• Date (13/11/2024)	“Il ruolo dell'accelerazione nel calcio e nel futsal”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Sport e Salute, Scuola dello Sport. Seminario "I Preparatore Atletico e l'Allenatore nel Calcio: evoluzione del ruolo e delle competenze". CPO G. Onesti, Roma
• Date (08/10/2024)	“Aspetti neuromuscolari nel calcio: un approccio pratico”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Progetto “iPrevent: Injury prevention in grassroots and amateur sports by using digital tools”. Università ‘G. d’Annunzio’ di Chieti-Pescara, Chieti
• Date (15/05/2024)	“Attentional focus effects on muscular strength in athletes”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	University of Edinburgh, Human Performance Science Research Group, Institute for Sport, Physical Education and Health Sciences, Edinburgh, United Kingdom

• Date (21/03/2024)	“High-Speed Running in Football and Futsal: A contextualized Approach” Symposium in Sports Science and Performance 2024, UK, Online https://www.youtube.com/watch?v=HQQ3MgEbmOA&list=PLKZGIEezgKvesIHc_A1I5bhexaN3PnWth&index=3
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	
• Date (16/03/2024)	“Espressioni di forza metodologie di sviluppo: Evidenze scientifiche ed applicazioni”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Federazione Ciclistica Italiana (FCI), Corso di Formazione e Aggiornamento per Formatori, Montesilvano (PE)
• Date (12/02/2024)	“Corsa ad alta velocità nel contesto del gioco: esperienza nel calcio e nel futsal”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Associazione Italiana Allenatori Calcio (AIAC), Webinar online
• Date (06/05/2023)	“Processi e meccanismi alla base dello sviluppo della forza”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	CONI Abruzzo, Sport Science & Performance Symposium, Chieti
• Date (07/02/2023)	“Neuromuscular aspects in football: a practical approach”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Federazione Lituana Calcio, Progetto Europeo iPrevent, Kaunas, Lithuania
Date (01/10/2022)	“Allenare le diverse espressioni di forza”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	CONI Abruzzo, Webinar online
• Date (12/06/2022)	“Produzione ed applicazione della forza: aspetti pratici attraverso la pedana di forza”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Accademia Preparatori Fisici, Seminario “Valutazione e allenamento della forza negli sport di squadra”. Roma
• Date (11/06/2022)	“Aspetti neuromuscolari e metabolici nel calcio di alto livello”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	M.A.M.A for Training, Convegno “La preparazione fisica dal settore giovanile all’alto livello”. Stilnuovo, Viale dei mille 41 Firenze
• Date (07/06/2021)	“Estimate of Ground Reaction Force for Training and Assessing Physical Competencies”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	University of Suffolk, UK, Online https://www.youtube.com/watch?v=ieDZBaL_N14
• Date (08/06/2019)	“Forza e coordinazione specifica nei movimenti sportivi”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Accademia Preparatori Fisici, 3° Congresso Nazionale “Performance Training for Team Sports”, Roma
• Date (07/06/2019)	“Analisi e all’allenamento della forza nei movimenti sportivi”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Associazione Italiana Preparatori Portieri di Calcio, Stage internazionale “Apport Garda 2019”. Peschiera del Garda (VR)
• Date (22/12/2018)	“RFA e specificità dell'applicazione della forza”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Accademia Preparatori Fisici, Convegno “Recupero dei movimenti sportivi: dall'infortunio al ritorno alle competizioni”, Roma
• Date (03/06/2017)	“Alla ‘ricerca’.. della coordinazione specifica”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Accademia Preparatori Fisici, 1° Congresso Nazionale, Roma

• Date (14/05/2016)	“Potenza metabolica nel calcio: analisi delle partite e applicazioni pratiche per l'allenamento”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Seminari ADE, Università di Firenze, Firenze
• Date (01/03/2016)	“Allenamento della performance per gli sport di squadra: esperienza dall'Italia e dall'estero”
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Japan Athletes Rehabilitation Trainers Association (JARTA), Japan. online course

CONTRIBUTO A CONGRESSI NAZIONALI E INTERNAZIONALI

• Date (04/07/2025)	Inter-System Reliability between Smart Live and Hawk-Eye
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	(Beato M, <u>Pompa D</u> , Bertollo M, Zinco C, Savoia C) Società italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). <u>Poster</u> . Parma
• Date (04/07/2025)	Loaded Jump Squat Efficiency in Female Sprinters
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	(<u>Pompa D</u> , Di Pinto G, Zuccarini, Beato & Bertollo M.) European College of Sports Science (ECSS). <u>Presentazione Orale</u> . Rimini
• Date (04/07/2025)	Force Expression Applications in Cycling
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	(Bertollo M, Bernardi G, Caporale A, Ferro M, Amatori, Buglione A, Perroni F & <u>Pompa D</u>). European College of Sports Science (ECSS). <u>Presentazione Orale</u> . Rimini
• Date (03/07/2025)	Kinematic Variables and Match Outcomes in Serie A: The impact of acceleration and sprint distance
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	(Troiani P, Lucadamo A, Laterza F, Savoia C, Bertollo M, Beato M & <u>Pompa D</u> .) European College of Sports Science (ECSS) <u>Presentazione Orale</u> . Rimini
• Date (03/07/2025)	Positive Coaching intervention for sport coaches: A Systematic Review
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	(Rosito S, Marini S, Sartor F, <u>Pompa D</u> , López-Flores M, Bertollo M & De Oliveira R) European College of Sports Science (ECSS). <u>Poster</u> . Rimini
• Date (02/07/2025)	Relaxation techniques to improve sleep and time-to-exhaustion task: preliminary findings
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	(Di Pinto G, Rosito S, <u>Pompa D</u> , Bertollo M, di Fronso S & Curzi D) European College of Sports Science (ECSS) <u>Presentazione Orale</u> , Rimini (RN), Italia
• Date (20/09/2024)	Impact of step ramp and fixed load cycling protocols on squat jump performance
	(Di Pinto G., Rosito S, <u>Pompa D</u> , Caporale A, Bertollo M, di Fronso S & Curzi D).

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Società italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). <u>Poster</u> . Chieti
• Date (20/09/2024)	Keep calm and increase your performance: a study protocol based on relaxation techniques to improve endurance tasks (di Pinto G., Rosito S, <u>Pompa D</u> , Bertollo M, di Fronso S & Curzi D).
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Società italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). <u>Poster</u> . Chieti
• Date (20/09/2024)	Force expression application in cycling: preliminary data (<u>Pompa D</u> , Bernardi G, Caporale A, Bovolon L, Di Pinto G & Bertollo M)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Società italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). <u>Presentazione Orale</u> . Chieti
• Date (03/07/2024)	Influence of Substitution and Different Role Positions on Metabolic Power and High-Intensity Actions in Professional Soccer Players (Laterza F, Savoia C, Bovenzi A, D'Onofrio R, <u>Pompa D</u> & Manzi V)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	European College of Sports Science (ECSS). <u>Presentazione Orale</u> . Glasgow, UK
• Date (03/11/2023)	Analysis of short and long intermittent training during a small-sided game in U17 women football players (Fatiguso R, <u>Pompa D</u> , di Fronso S & Bertollo M)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Società italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). <u>Poster</u> . Napoli
• Date (03/11/2023)	Attentional Focus Effects on Lower limb Muscular Strength Expression in Athletes: The Superiority of the Core Component of Action in the Maximal Isometric Squat Task (<u>Pompa D</u> , Caporale A, Digno M, Carson H. J, di Fronso S, Bovolon L, Beato M & Bertollo M)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Società italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). <u>Presentazione Orale</u> . Napoli
• Date (02/11/2023)	Effects of Instructions on Propulsive Power and Jump Height during Countermovement Jumps in Football Players (<u>Pompa D</u> , Bovolon L, Beato M, de Fano A & Bertollo M)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Società italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). <u>Poster</u> . Napoli
• Date (02/11/2022)	Dreaming consciously: spotlights on the effects of yoga Nidra on mental and physical recovery in two elite karate athletes (di Fronso S, Robazza C, <u>Pompa D</u> & Bertollo M)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Società italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). <u>Poster</u> . Milano
• Date (02/11/2022)	Attentional Focus Effects on Neuromuscular Characteristics during Lower-limb Tasks in Athletes: A Systematic Review (<u>Pompa D</u> , Beato M, Carson H. J, di Fronso S, Bondar Z & Bertollo M)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Società italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMeS). <u>Poster</u> . Milano
• Date (12/07/2022)	Team Dynamics in Soccer: The Role of Emotional Intelligence (Montesano C, di Fronso S, Bondar Z, <u>Pompa D</u> & Bertollo M)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	European Federation of Sport Psychology (FEPSAC). <u>Poster</u> . Padova
ATTIVITÀ CORRELATORE TESI UNIVERSITARIE	
• Date (AA 2025-2026)	<i>Carico ottimale individuale nello Squat Jump con sovraccarichi in atlete di atletica leggera: Effetti su potenza ed efficienza (Greta Zuccarini, Voto 110 con Lode)</i>
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di scienze mediche orali e biotecnologiche, Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate Via dei Vestini - campus universitario 66100 - Chieti (CH), Italia
• Date (AA 2024-2025)	Monitoraggio della fatica post-partita nel beach tennis attraverso rebound jump: analisi del carico esterno ed interno (Matteo Centorame, Voto 110 con Lode)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di scienze mediche orali e biotecnologiche, Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate Via dei Vestini - campus universitario 66100 - Chieti (CH), Italia
• Date (AA 2024-2025)	L'importanza dell'allenamento della forza in età prepuberale e proposte di allenamento (Alice del Frate, Voto 110)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università degli studi di Udine, Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate Via Gemona, 92 – 33100, Udine (UD), Italia
• Date (AA 2024-2025)	Analisi dell'efficienza nella produzione di forza durante l'esercizio di squat (Samuele Barone, Voto 110 con Lode)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di scienze mediche orali e biotecnologiche, Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate Via dei Vestini - campus universitario 66100 - Chieti (CH), Italia
• Date (AA 2023-2024)	L'effetto delle istruzioni verbali sulle variabili legate alla forza negli specialisti di salto di atletica leggera (Valerio de Angelis, Voto 110 con Lode)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di scienze mediche orali e biotecnologiche, Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate Via dei Vestini - campus universitario 66100 - Chieti (CH), Italia
• Date (AA 2022-2023)	Futsal maschile e femminile: analisi, confronto e valutazione sperimentale di allenamenti intermittenti brevi e lunghi. (Anna Rita Paoletti, Voto 110 con Lode)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di scienze mediche orali e biotecnologiche, Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate Via dei Vestini - campus universitario 66100 - Chieti (CH), Italia

- Date (AA 2021-2022)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Il calcio femminile giovanile: analisi, confronto e valutazione sperimentale dell'allenamento intermittente breve e lungo negli small-side-games. (Roberta Fatiguso, Voto 110 con Lode)

Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Dipartimento di scienze mediche orali e biotecnologiche, Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate
Via dei Vestini - campus universitario 66100 - Chieti (CH), Italia

MEMBRO SOCIETÀ SCIENTIFICHE E GRUPPI DI RICERCA

- Date (2025 - oggi)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Società Italiana delle Scienze Motorie e Sportive (SISMeS)

Via Felice Casorati, 43, Verona, Italia

- Date (2025 - oggi)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Strength & Conditioning Society (SCS)

Plaza Circular 8, Murcia, Spagna

- Date (2022 - oggi)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

European College of Sports Science (ECSS)

Am Sportpark Müngersdorf 6, Cologne, Germania

- Date (2021 - oggi)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Behavioural Imaging and Neural Dynamics Center (BIND)

Università 'G. d'Annunzio' di Chieti-Pescara, Chieti (CH), Italia

- Date (2007 - 2010)

Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Human Performance Lab and Training "Carmelo Bosco"

Università degli studi di Roma 'Tor Vergata', Roma (RM), Italia

PREMI

- Date (15/11/2024)

Nome e tipo di istituto

Premio speciale per il calcio femminile:

Il calcio femminile giovanile: analisi, confronto e valutazione sperimentale dell'allenamento intermittente breve e lungo negli small-side-games. (Fatiguso R, Pompa D, Bertollo M)

Salone d'Onore del Coni Roma. Fondazione Artemio Franchi Onlus Viale S. Lavagnini 17 Firenze (FI), Italia

PARTECIPAZIONE A PROGETTI EUROPEI CON UD'A

- Durata (2025-2026)

Coordinatore

I-Recover: Implement post-exercise recovery strategies in grassroots and amateur sports by using digital tools

Basketball federation of North Macedonia

• Durata (2023-2025)	I-Prevent: Prevent injuries in grassroots and amateur sports by using digital tools
Coordinatore	Lithuanian Football Federation
REVISORE RIVISTE SCIENTIFICHE	
• Date (2023 – oggi)	Elenco Riviste:
	Scientific Reports
	Journal of Human Kinetics
	International Journal of Sports Physiology and Performance
	BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation
	Frontiers in Sports and Active Living
	Biology of Sport
	Strength and Conditioning Journal
	Heliyon
	Frontiers in Physiology
	PeerJ
CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI	Eccellente attitudine relazionale e capacità comunicative, sicurezza in sé, curiosità, passione per la ricerca e per l'insegnamento.
MADRELINGUA	Italiano
ALTRE LINGUE	Inglese
• Capacità di lettura	Eccellente (C1)
• Capacità di scrittura	Eccellente (C1)
• <i>Capacità di espressione orale</i>	Eccellente (C1)
CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE	Pianificazione e organizzazione dell'attività di ricerca, progettazione di studi scientifici, comunicazione scientifica efficace, lavoro di squadra, capacità di supportare gli altri, cooperazione, resilienza e calma in situazioni di stress
CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE	Analisi neuromuscolare: Boscosystem ErgoJump, ErgoPower, MuscleLab – Pedane di forza (Force Decks, Kistler, SpinItalia) – EMG (Myontec, BTS) – IMU – Microgate OptoJump Next, Lode Excalibur Analisi video: Dartfish – Kinovea Analisi della frequenza cardiaca: cardiofrequenzimetri Polar, Firstbeat, Suunto, Garmin Training/Match analysis: Catapult, Spin Italia, Kinexon, K-Sport

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Microsoft Powerpoint, Microsoft Word, Microsoft Excel, Google Docs, Google Drive, Power BI / Tableau, Matlab

PATENTE O PATENTI

Patente B

Autorizzo il trattamento dei dati personali presenti nel mio curriculum vitae ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 del GDPR (Regolamento UE 2016/679).

Dichiaro di:

- essere consapevole delle conseguenze derivanti da dichiarazioni mendaci, previste dal D.P.R. 28/12/2000 n. 445 e s.m.i., e che le informazioni riportate nel presente curriculum corrispondono a verità;

Luogo e data

Nome e Cognome

Roma 16/07/2026