



## Curriculum Vitae Europass



### Informazioni personali

Nome(i) / Cognome(i)

Indirizzo(i)

Telefono(i)

E-mail

Cittadinanza

Data di nascita

Sesso

**Adriano Armando Steffanini**

Piazza Greco 10 – 20125 Milano

026690834

Cellulare: 3479066078

adriano.steffpt@outlook.it

Italiana

10 febbraio 1990

M

**Occupazione  
desiderata/Settore  
professionale**

**Occupazione presso strutture sportive pubbliche o private, dove posso mettere in pratica le conoscenze acquisite dopo il corso di Laurea Triennale in "Scienze Motorie e dello Sport" e la successiva specializzazione in "Scienze e Tecniche delle Attività Preventive e Adattate"**

### Esperienza professionale

#### Da Settembre 2016 ad oggi

- Docente di Scienze Motorie presso la Scuola Superiore Salesiana S. Ambrogio – Via Copernico 9, Milano.
- Conduzione e programmazione delle lezioni per studenti della scuola secondaria di secondo grado (biennio e triennio). Esperienza nella collaborazione e nell'organizzazione di eventi e tornei sportivi scolastici (Milano e Hinterland)

#### Da Settembre 2016 ad oggi

- Personal Trainer/Istruttore fitness di sala presso "UNIFIT Bocconi" - Università Bocconi di Milano

#### Da Maggio 2016 a Settembre 2016

- Personal Trainer/Istruttore di sala presso struttura sportiva "CLUB 2D" – Viale Monza 119, Milano.

#### Da Settembre 2013 a oggi

- Palestra Privata Fit for Fun - Sesto S. Giovanni in qualità di Istruttore/Personal Trainer con esperienza di lezioni private e a domicilio. Responsabile/Supervisore dei Personal Trainer/Assistenti di Sala.

### **Da Settembre 2012 a Novembre 2014**

- Collaboro alle attività scolastiche in qualità di assistente all'insegnante di Scienze Motorie, presso la scuola superiore "Salesiani Don Bosco" di Milano.

### **Da gennaio a luglio 2011**

Vendita telefonica di tessere Convenzioni e sconti su parco clienti Polizia di Stato e Forze dell'Ordine in genere.

- 1) Tirocinante di supporto all' insegnante di Educazione Fisica a tempo pieno presso la Scuola Salesiani Don Bosco di Via Tonale, Milano.
- 2) Telesales e Telemarketing presso società Amica Card
- 3) Stage presso Rivenditore Apple

### **Luglio 2008**

Aiutante in magazzino e in negozio.  
Ricevimento merci e assistenza al banco.  
C.E. Communications Engineerig S.r.l. sede legale: Piazza Firenze, 4 - 20154 **Milano**  
Rivenditori Apple

## **Istruzione e formazione**

Date  
Titolo della qualifica rilasciata  
  
Principali tematiche/competenze professionali acquisite

**Luglio 2010**  
**Diploma Maturità Liceo Tecnico Scientifico**  
  
Approccio scientifico – Prediligo la biologia e l'anatomia.  
Conoscenza pacchetto Office di Windows.  
Liceo Tecnico Scientifico Don Bosco, Via Tonale - Milano

### **Anno accademico 2013 – 2014**

Date  
  
Facoltà  
Universitaria

**Laurea Triennale Università Cattolica Sacro Cuore – Milano - facoltà di "Scienze Motorie e dello Sport" con votazione 108/110.**

Corsi extracurriculari:  
1) Teoria tecnica e didattica della difesa personale.  
2) Biomeccanica della locomozione umana  
3) Certificato ISSA (International Sport Science Association)  
4) Corso BLSD (Basic Life Support Defibrillation)

### **Anno accademico 2015 – 2016**

**Laurea Specialistica presso Università Cattolica Sacro Cuore – Milano – "Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate"**

Partecipazione a due progetti di ricerca:  
1)"La biomeccanica della locomozione umana nei soggetti giovani e nei soggetti anziani"  
2)"Il trattamento della sarcopenia nel soggetto anziano attraverso l'allenamento contro resistenza"

## **Capacità e competenze personali**

Approfondimento scientifico – Abilità nel team building (ero rappresentante di classe) e nel contatto con il pubblico.

Intensa attività sportiva.  
Particolarmente predisposto alle attività sportive e dalle materie scientifiche e biologiche, ricerco un impiego nell'ambito del fitness/attività fisica rieducativa-salutare.

Madrelingua(e)	<b>Italiano</b>				
Altra(e) lingua(e)	<b>Inglese</b>				
	<b>Comprensione</b>		<b>Parlato</b>		<b>Scritto</b>
<i>Livello europeo (*)</i>	Ascolto	Lettura	Interazione orale	Produzione orale	
	B1	B1	B1	B1	B1

(\*) [Quadro comune europeo di riferimento per le lingue](#)

Capacità e competenze sociali	Team building
Capacità e competenze organizzative	Organizzazione gruppi di lavoro
Capacità e competenze tecniche	Utilizzo i più conosciuti tools di Windows.
Capacità e competenze informatiche	Competenze informatiche approfondite negli anni a scuola e per interesse personale Giochi di ruolo on line – Social Network.
Patente	B
<b>Ulteriori informazioni</b>	Referenze presso lo stage e presso la scuola “Don Bosco” Referenze presso azienda Amica Card.

**Allegati**

-

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 (facoltativo)".

**Firma** | Adriano Armando Steffanini