



Nicola Carlo Strukelj

1984, Milano

nikostrukelj@icloud.com

P.IVA: 07547130968

Chinesiologo Professionista iscritto N° 12974

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2012: laurea Magistrale in Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport presso l'Università Statale di Milano (tesi "Miglioramento della Prestazione Sportiva Attraverso il Riequilibrio Posturale con Pancafit® - Case Report nel Nuoto Pinnato", voto 110/110)

2007: Laurea Triennale in Scienze Motorie presso l'Università dell'Insubria, Facoltà di Medicina e Chirurgia (tesi "Biomeccanica in Sala Pesi", voto 101/110)

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Dal Settembre 2006 ad oggi:

Trainer/Istruttore Sala Pesi, gestione Cassa e Fatturazione clienti, gestione e archiviazione Certificati Medici clienti, presso Palestra Bocconi (OFISA Srl, Prof. Stefano Rognoni, Prof. Roberto Maggi, Prof. Patrizio Gerbino, Prof. Luciano Quattro) Università Bocconi, Milano

Dal 2014 ad oggi:

Creazione/Gestione sito web della Palestra Bocconi

Dal Settembre 2005 ad oggi:

Istruttore Karate presso l'Associazione Sportiva Dilettantistica

Hana-Wa (Maestro Dino Curci), Via Arese 98, Mazzo di Rho

Preparatore e Affiancamento Maestro della Squadra Agonistica Kata e Kumite Agonista Karate categoria Kata

Dal Settembre 2008 ad oggi:

Tecnico Posturologo privatamente

Da Aprile a Luglio 2009:

Istruttore Sala Pesi e Allenatore Karate presso la Palestra Hana Wa Ni (Maestro Dino Curci), Lurago, Como,

Dal Settembre 2009 a Marzo 2011:

Istruttore Sala Pesi presso la Palestra Viscontea Oasi Club, Cusago MI

Dal Settembre 2011 a dicembre 2012:

Tecnico posturologo presso PosturalMed (Prof. D. Raggi), Via Cuzzi 2
Milano Scuola di formazione in tecniche di riequilibrio posturale (Prof. D. Raggi),
Via Cuzzi 2 Milano

Scuola di formazione - Affiancamento Corsi di Formazione Livelli Base e Livelli
Avanzati Metodo Raggi con Pancafit (Prof. D. Raggi), Via Cuzzi 2 Milano

4-5-6 Ottobre 2012, Sheraton - Milano Malpensa: Convegno Nazionale: "La
Postura: il moderno approccio multidisciplinare tra mente, corpo e gravità" - II°
edizione

Relatori: Prof. D. Raggi, Prof. R. Bono, Dott. N. Strukelj

"Ginocchio intra-ruotato e falso piede piatto: struttura e funzione vittime
dell'ipertono delle catene neuro-muscolari. Trattamento di un caso e relativa
verifica con il KRM- test prima e dopo la quadrupedia posturale decompensata"

Dal Giugno 2013 ad oggi:

Massaggiatore, Tecniche di Massaggio Classico, privatamente

Da Novembre 2017 ad oggi:

Gestore e Trainer palestra aziendale Zurich - Milano

CORSI DI FORMAZIONE

2008: Diploma tecnico posturale, Metodo Raggi® con Pancafit®

2013 Centro Olistico Milanese: Tecniche di Massaggio Classico

BREVETTI

2004 F.I.P. Brevetto Istruttore Minibasket

2005 F.I.S.: brevetto scherma qualifica Animatore

2011 FE.I.KA.: brevetto Istruttore nazionale Karate

2011 CONI e A.S.C.: Karate, stile Shitoryu, cintura nera 3° Dan

2011-2012: Frequenza Corsi Livello Avanzato Metodo Raggi® con Pancafit®

2013 CROSSGYM: Certificato Crosstraining Base

2014 F.I.P.E.: attestato Alta Specializzazione Snatch and Clean&Jerk

2014 IRC: attestato BLSD

2015: Corso Kettlebell Livello Base

2015 BURNINGATE: Corso Base Calisthenics Street Workout

2015 FGSI-IGSF: Attestato Allenatore Nazionale 1° Livello

2016 IRC: aggiornamento BLSD

2016 FGSI-IGSF: Attestato Allenatore Nazionale 2° Livello

CONOSCENZE LINGUISTICHE

Inglese scolastico
Francese scolastico

CAPACITÀ E COMPETENZE PROFESSIONALI

Buone capacità relazionali, attitudine al lavoro di gruppo.
Buona competenza in campo fotografico (analogico e digitale)
Buona competenza in campo informatico (sistemi operativi Windows e OS X)

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

AGONISTA KARATE

Per molti anni ho dedicato profondo impegno per la disciplina e l'agonismo sportivo nell'ambito del Karate.

Tra le varie competizioni ho partecipato a "5° World Karate Championship for Club" 19-20 Maggio 2007 - Caorle Venezia - podio 2° posto esibizione a squadre e 3° posto esibizione individuale

AGONISTA GHIRI SPORT - sollevamento pesi con Kettlebell

Dal 2016 fino ad ora continuo nell'agonista sportivo come "Girevik", atleta di sollevamento pesi con Kettlebell - Federazione Italiana Ghiri Sport

Ho partecipato al "Campionato Italiano Slancio Completo" 19 Marzo 2017 - Massa Martana - podio 2° posto categoria 80kg peso utilizzato 2x24kg.

PATENTE

Patente B