



europass



## GIANLUCA BOCHICCHIO

Nazionalità: Italiana

### CONTATTI

Via Ruggero Leoncavallo, 3,  
37131, Verona (VR), Italia

(+39) 347 1888129

gianluca.bochicchio@gmail.com  
gianluca.bochicchio@univr.it

P.IVA 04006260980

### PROFILO:

**Preparatore atletico** di diversi sport, specializzato nella valutazione e nello sviluppo della forza attraverso l'utilizzo di vari mezzi e metodi. Attività di personal trainer per la ricerca ed il mantenimento del benessere.

**Attività di ricerca** presso il Dipartimento di Neuroscienze, Biomedicina e Movimento, a Verona. In particolare, studio la valutazione, il monitoraggio e lo sviluppo della forza in soggetti giovani ed anziani.

Attitudine a lavorare in gruppo ed organizzare il lavoro in modo economico ed efficiente. Capacità di risolvere situazioni problematiche in maniera autonoma ed elaborare soluzioni efficaci per raggiungere gli obiettivi. Grazie alle mie esperienze, ho potuto sviluppare anche capacità direttive e di coordinamento di piccoli gruppi.

### ISTRUZIONE E FORMAZIONE

#### **2021 – in corso. Verona, Italia**

**Dottorato in "Neuroscienze, Scienze Psicologiche e Psichiche e Scienze del Movimento"**

Università degli Studi di Verona

Progetto: “Sviluppo di una soluzione tecnologica innovativa di telemedicina per la prevenzione, la diagnosi precoce, il monitoraggio ed il trattamento della sarcopenia. Progettazione e monitoraggio di programmi di potenziamento muscolare”

#### **2021. Verona, Italia**

**Master of Research in Movement Sciences – II livello**  
Università degli Studi di Verona

#### **2019. Parma, Italia**

**Corso di formazione – Canali Postural Method – II livello**  
Postura e Sport srl

#### **2018. Parma, Italia**

**Corso di formazione – Canali Postural Method – I livello**  
Postura e Sport srl

- **2018. Verona, Italia**  
**Laurea magistrale in Scienze della Prestazione Fisica e dello Sport**  
Università degli Studi di Verona
- **2017. Verona, Italia**  
**Corso di formazione – Ginnastica posturale e vertebrale adattata**  
Università degli Studi di Verona
- **2016. Roma, Italia**  
**Corso di formazione – Istruttore di Powerlifting base e avanzato**  
Federazione Italiana Powerlifting
- **2016. Verona, Italia**  
**Corso di formazione – Preparatore atletico nazionale Pallacanestro**  
Federazione Italiana Pallacanestro
- **2016. Verona, Italia**  
**Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive**  
Università degli Studi di Verona
  - Voto 108/110 : Tesi : ‘Immunidepressione indotta da esercizio : ruolo dell’alimentazione’
- **2010. Leno (BS), Italia**  
**Diploma Geometra**  
Scuola superiore Istituto Tecnico “Vincenzo Capirola”
  - Voto 80/100

## ESPERIENZA LAVORATIVA

- **2021- in corso. Verona, Italia**  
**Dottorando in Neuroscienze, Scienze Psicologiche e Psichiatriche e del Movimento**  
Università degli Studi di Verona
  - "Sviluppo di una soluzione tecnologica innovativa di telemedicina per la prevenzione, la diagnosi precoce, il monitoraggio ed il trattamento della sarcopenia -progettazione e monitoraggio di programmi di potenziamento muscolare"
- **2020- in corso. Verona, Italia**  
**Tutor Master di secondo livello**  
Università degli Studi di Verona
  - Coordinamento didattica e spazi di utilizzo
  - "Ponte" tra studenti e docenti

- 2020- in corso. Verona, Italia**  
**Istruttore Centro Forza**  
CUS Verona

  - Viceresponsabile Centro Forza
  - Programmazione e conduzione dell'allenamento per lo sviluppo della forza
- 2018 – in corso. Verona, Italia**  
**Personal coach**  
Libero professionista

  - Miglioramento della performance (atleti professionisti e semi-professionisti di livello nazionale nello sci)
  - Riprogrammazione posturale secondo Metodo Canali
  - Ricomposizione corporea
- 2020 – in corso. Bolzano, Italia**  
**Collaboratore con azienda Microgate srl**  
Libero professionista

  - Valutazione della performance in atleti di diversi sport, in italia e all'estero (Marocco, Al Ain)
- 2021. Verona, Italia**  
**Borsista di ricerca**  
Università degli Studi di Verona

  - "Sviluppo di una soluzione tecnologica innovativa di telemedicina per la prevenzione, la diagnosi precoce, il monitoraggio ed il trattamento della sarcopenia -progettazione e monitoraggio di programmi di potenziamento muscolare"
- 2020-2021. Verona, Italia**  
**Borsista di ricerca**  
Università degli Studi di Verona

  - "Force-velocity profiling: Sviluppo e validazione di un metodo 'da campo' per la caratterizzazione ed il monitoraggio della funzione muscolare"
- 2019-2020. Carpi (MO), Italia**  
**Preparatore atletico e posturale**  
Postural Lab

  - Riprogrammazione posturale secondo Metodo Canali
- 2019. Asiago (VI), Italia**  
**Preparatore atletico e posturale**  
ASA Altopiano Sport Academy ssd

  - Preparatore atletico di sci per ragazzi 12-18 anni
  - Attività motoria di base per bambini 6-10 anni
  - Riprogrammazione posturale attraverso Metodo Canali
- 2019-2020. Castel Goffredo (MN), Italia**  
**Preparatore atletico e posturale**

## **Scuola Elementare**

- Programmazione e conduzione delle lezioni di educazione motoria

## **2018-2019. Lugagnano (VR), Italia**

### **Preparatore atletico**

Sporting club Lugagnano

- Programmazione e conduzione delle lezioni di educazione motoria

## **2017-2019. Marostica (VI), Italia**

### **Preparatore atletico**

2000 Ski Event asd

- Preparatore atletico di sci per ragazzi 12-18 anni

## **2017-2018. Verona, Italia**

### **Tutor "Academic Coach"**

Università degli Studi di Verona

- Affiancamento ad un atleta-studente per il supporto dell'attività universitaria rispetto agli impegni di carattere sportivo

## **2017-2018. Verona, Italia**

### **Tutor universitario**

Università degli Studi di Verona

- Supporto amministrativo agli studenti frequentanti la triennale della facoltà di Scienze Motorie

## **2016 - 2019. Verona, Italia**

### **Istruttore Centro Forza**

CUS Verona

- Viceresponsabile Centro Forza
- Programmazione e conduzione dell'allenamento per lo sviluppo della forza

## **2016 - 2018. Verona, Italia**

### **Istruttore di sala pesi e Preparatore atletico**

Sporting club Verona

- Preparatore atletico di tennis per ragazzi 12-18 anni
- Assistenza dei clienti nell'attività della sala pesi

## **2015 - 2016. Verona, Italia**

### **Istruttore corso anziani**

Palestra elementare di Poiano

- Programmazione e conduzione dell'allenamento di gruppo adattato alla terza età

## **2015. Verona, Italia**

### **Tirocinio**

DNA Sport Consulting

- Amministrazione ed organizzazione di eventi sportivi

**2015. Verona, Italia**

**Tirocinio**

Sporting club Verona

- Preparatore atletico di tennis ed attività motoria per bambini

**2015. Verona, Italia**

**Tirocinio**

MIUR Ufficio di Educazione Fisica

- Amministrazione ed organizzazione di eventi sportivi scolastici e comunali

**2015. Verona, Italia**

**Allenatore di calcio**

Ares calcio ssd

## ARTICOLI SCIENTIFICI PUBBLICATI

Ferrari, L.; **Bochicchio, G.**; Bottari, A.; Lucertini, F.; Scarton, A.; Pogliaghi, S. Estimating Muscle Power of the Lower Limbs through the 5-Sit-to-Stand Test: A Comparison of Field vs. Laboratory Method. *Appl. Sci.* **2022**, *12*, 11577.

<https://doi.org/10.3390/app122211577>

## ABSTRACT IN CONFERENZE SCIENTIFICHE

**2022. Siviglia, Spagna**

**XXVII Annual Congress of the European College of Sport Science**

- “A Developing A Field Test For Force Velocity Profiling In Older Adults” Gianluca Bochicchio, Luca Ferrari, Alberto Bottari, Alessandra Scarton, Silvia Pogliaghi

**2021. Padova, Italia**

**XII Congresso Nazionale SISMES**

Italmark, Italfrutta

- “Efficient Squat technique: an index to estimate it”

**2018. Firenze, Italia**

**IX congresso nazionale SIAMOC: congresso nazionale della società italiana di analisi di movimento in clinica.**  
Italmark, Italfrutta

- “A small horizontal component of the barbell trajectory is a simple index of technical efficiency in squat”, Luca Ferrari, Gianluca Bochicchio, Silvia Pogliaghi.

## DIDATTICA

### **2023. Verona, Italia**

**Corso di perfezionamento in Approccio pratico**

**all'analisi strumentale della corsa**

Università degli Studi di Verona

“Strength evaluation: laboratory methods”

### **2021 – in corso. Verona, Italia**

**Master of Research in Movement Sciences – II livello**

Università degli Studi di Verona

“Strength evaluation: laboratory methods”

### **2020 – in corso. Verona, Italia**

**Master in Esercizio-Terapia: progettazione e  
conduzione dell'esercizio fisico nelle patologie  
esercizio-sensibili – II livello**

Università degli Studi di Verona

“Didattica dei gesti nell’allenamento della forza”

“Force-velocity profiling”

## COMPETENZE LINGUISTICHE

**LINGUA MADRE :** italiano

**ALTRÉ LINGUE :** inglese (B1)

## COMPETENZE DIGITALI

Microsoft Word / Microsoft Excel / Power Point / Social Media  
/ MatLab / Tracker Motion / LabChart

## STRUMENTI

IMU / Pedana di forza / Motion Capture / Lattacidometro /  
Metabolimetro Cosmed k5 / Plicometro / Cella di carico

## PATENTE DI GUIDA

Patente B

## HOBBY

Calcio / Atletica leggera / Scalata sportiva / Trekking / Libri  
a carattere storico

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del decreto legislativo n° 196 del 30 giugno 2003 “Codice in materia di protezione dei dati personali”.

Redatto ai sensi degli artt. 46 Dichiarazioni sostitutive di certificazioni e 47 Dichiarazioni sostitutive dell'atto di notorietà del D.P.R. 445/2000.