

# GIUSEPPE MANCUSI

## PROFILO PROFESSIONALE

Fitness trainer paziente, dotato di un solido background in Pesistica e Sport da combattimento. Esperto nello sviluppo di programmi personali e nell'esecuzione di valutazioni individuali delle condizioni fisiche e dello stile di vita dei clienti. Esperienza nell'uso delle attrezzature sportive e nell'impiego degli integratori alimentari. Determinato e persuasivo, è mosso da una forte passione per il fitness e per le arti marziali e sport da combattimento.

## ESPERIENZE LAVORATIVE E PROFESSIONALI

### **Personal trainer e M° di sport da combattimento, 09/2018 - ad oggi**

Vitalica Sporting Center, Sarno, SA

- Elaborazione di schede personalizzate di riscaldamento, allenamento e stretching.
- Monitoraggio e assistenza dei clienti durante gli esercizi per garantirne la corretta esecuzione e ridurre al minimo gli infortuni.
- Organizzazione degli allenamenti e combinazione di esercizi adatti al livello di preparazione fisica degli utenti.
- Organizzazione eventi sportivi
- Suggerimenti e consigli su stile di vita, integratori e corretta alimentazione.
- Gestione del marketing per promozioni e pubblicità
- Partecipazione a competizioni sportive

### **Istruttore sala pesi e personal trainer, 09/2014 - 06/2018**

Fit & Sport Club, Sarno, SA

- Monitoraggio e assistenza dei clienti durante gli esercizi per garantirne la corretta esecuzione e ridurre al minimo gli infortuni.
- Personalizzazione del workout in base a sesso, età, stato di salute e obiettivi dell'utente.
- Guida ai clienti sulle corrette abitudini alimentari e di esercizio fisico.
- Ideazione di nuovi programmi e monitoraggio dei progressi dei clienti.

### **Grafico pubblicitario, 09/2010 - 03/2013**

Carillo Network, San Marzano sul Sarno, SA

- Realizzazione grafica dei materiali di comunicazione offline tra cui flyer, locandine e cataloghi.



Sarno



3896014157



ptgiuseppemancusi@virgilio.it



07/06/1990

## CAPACITÀ E COMPETENZE

- Nozioni di psicologia dello sport
- Educazione alimentare
- Entusiasmo e dinamismo
- Disponibilità al lavoro su turni
- Strategie motivazionali
- Tecniche motivazionali
- Doti comunicative e relazionali
- Tecniche di pronto soccorso
- Nozioni di anatomia
- Trattamento degli infortuni
- Elementi di anatomia e fisiologia
- Elementi di base di nutrizione
- Capacità di coinvolgimento
- Tecniche di coaching sportivo

- Realizzazione di progetti grafici tramite l'uso di PhotoShop CorelDwaw e Illustrator.
- Creazione e sviluppo di contenuti visivi per il lancio di nuovi prodotti, comunicazione corporate, advertising e marketing.
- Ideazione e progettazione di contenuti grafici per canali social, siti web e piattaforme e-commerce.
- Elaborazione dei file esecutivi di stampa e controllo finale degli output.
- Partecipazione attiva con il cliente per la definizione delle linee guida di comunicazione visiva.

## **ISTRUZIONE E FORMAZIONE**

---

**Istruttore sala pesi e Personal trainer, sport, 01/2011**

OPES - San Marzano Sul Sarno

**Diploma, Perito tecnico informatico, 07/2010**

ITIS E. Fermi - Sarno

**M° Sport da combattimento, Sport, 01/2009**

WTKA - Roma

## **CARRIERA SPORTIVA**

---

- Vice Campione del Mondo di Kick Boxing anno 2011
- Campione Italiano di Kick Boxing anno 2013
- Campione Internazionale Kick Boxing anno 2012
- Atleta di Boxe FPI
- Atleta Nazionale di Bodybuilding IFBB
- Atleta Nazionale di Pesistica FIPE
- Vice Campione d'Italia Distensione su panca piana anno2023-2024
- Quinto Classificato gara Internazionale Bodybuilding IFBB anno2022

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio CV ex art. 13 del decreto legislativo 196/2003 e art. 13 del regolamento UE 2016/679 sulla protezione dei singoli cittadini in merito al trattamento dei dati personali

*Giuseppe Mancusi*