

INFORMAZIONI PERSONALI **Francesco Pedersoli**



OCCUPAZIONE DESIDERATA Preparatore Atletico Agonistico

ESPERIENZA PROFESSIONALE

- Set 2019 - Dic 2021 direttore di centro fitness  
Presidente ed Istruttore presso la Società.  
Sporting Club ASD , Barbara, 6 - DARFO BOARIO TERME (BS) ITALIA
- Set 2017 - Giu 2018 istruttore di palestra  
Istruttore di CrossFit certificato Level One  
Fitness med 2.0 , Roccole, 58 - DARFO BOARIO TERME (BS) ITALIA
- Set 2016 - Dic 2016 Coordinatore motorio di bambini in età prepuberale.  
correzione motoria in funzione al miglioramento delle capacità coordinative e motorie in età prepuberale.  
ASD Darfo Boario , rigamonti - DARFO BOARIO TERME (BS) ITALIA
- Mag 2015 - Ott 2015 Operatore di cassa e barista.  
Operatore di cassa e barista.  
Match Point , Mantegna 5 - DARFO BOARIO TERME (BS) ITALIA
- Dic 2014 - Feb 2015 Portalettere presso Poste Italiane  
Gestione della posta e consegna nella zona assegnata.  
Poste Italiane - DARFO BOARIO TEMRE (BS) ITALIA  
*Attività o settore* comunicazioni e telecomunicazioni
- Lug 2014 - Set 2014 Manutenzione e gestione di impianti trafilieri presso la trafilera Gnutti di Chiari.  
Manutenzione e controllo di forni industriali.  
So.i.Co s.r.l , S.Bernardino - CHIARI (BS) ITALIA  
*Attività o settore* produzione , metalmeccanica e meccanica di precisione

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 2013 - 2019 SCIENZE MOTORIE Livello QEQ 6  
Università degli Studi di BRESCIA - Dipartimento di Scienze Cliniche e Sperimentali  
Laurea di primo livello (3 anni)
- 2009 - 2013 Ragioneria Informatica Livello QEQ 6  
ITCG Olivelli Putelli  
Titolo equiparabile al primo livello - Degree/Bachelor

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Lingue straniere

Inglese

COMPRESIONE				PARLATO				SCRITTO	
Ascolto		Lettura		Interazione orale		Produzione orale			
B1	Autonomo	B2	Autonomo	B1	Autonomo	B1	Autonomo	B2	Autonomo

Livelli: A1/2 Livello base - B1/2 Livello intermedio - C1/2 Livello avanzato  
Quadro comune europeo di riferimento per le lingue

Competenze comunicative Ottimo spirito di gruppo ed ottima capacità nell'organizzazione e gestione del lavoro all'interno di esso;

	<p>Buona capacità nel lavoro autonomo,derivata da una fiducia in me stesso e dalla voglia di mettersi in discussione e verificare i propri miglioramenti progressivamente nel tempo;</p> <p>Buona capacità di comunicazione ed ascolto,verso il datore di lavoro,i propri colleghi ed i clienti;</p> <p>Buona capacità di imparare e successivamente mettere in pratica gli insegnamenti che aumentano la possibilità di eseguire il lavoro in maniera migliore ed i rapporti,incrementando l'autonomia lavorativa e le competenze;</p>
Competenze organizzative e gestionali	<p>Buona Leadership(attualmente responsabile di 2 gruppi dell'età compresa tra gli 8-11 anni per un totale di 35 bambini);</p> <p>Ottimo senso dell'organizzazione(maturato presso l'esperienza lavorativa in Poste Italiane e presso la società Match Point);</p> <p>Buona esperienza nella gestione di progetti o gruppi(maturata presso la Società U.S.D Darfo Boario e nel conseguimento di seminari volti alla figura professionale del Preparatore Atletico)</p>
Competenze professionali	<p>Buona padronanza dei processi nell'uso di macchinari edili(maturata nell'esperienza lavorativa presso la società So.i.Co s.r.l)</p>
Competenze digitali	<p><b>Competenze informatiche di base:</b> Sistemi operativi (Buona), Programmazione (Buona), Elaborazione testi (Ottima), Fogli elettronici (Buona), Gestori database (Buona), Disegno al computer (CAD) (Discreta), Navigazione in Internet (Ottima), Reti di Trasmissione Dati (Buona), Realizzazione siti Web (Buona), Multimedia (suoni,immagini,video) (Ottima),</p> <p><b>Linguaggi di Programmazione:</b> (C++,Java,HTML,PHP,Access,SQL server,Turbo Pascal)</p>
Altre competenze	<p>Buona conoscenza di vari metodi di allenamento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Allenamento Aerobico</li> <li>-allenamento Anaerobico</li> <li>-allenamento della forza muscolare</li> <li>-allenamento della forza esplosiva</li> <li>-allenamento della capacità coordinative</li> <li>-Combinazione di più metodi di allenamento sopra elencati</li> </ul> <p>Buona conoscenza di sport individuali e di squadra quali Calcio,Basket,Pallavolo,Pallamano,Rugby,Pallanuoto,Hockey,Tennis.</p>
Patente di guida	B