

Curriculum Vitae

Luca Albergoni

Data di nascita; 26/06/97

Indirizzo; Via A. Locatelli n.11
24047 Treviglio (BG)

Telefono; 3332757636

E-mail; lucaalbe199@gmail.com



ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2023 <i>Milano</i>	Laurea Magistrale in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate Università Cattolica del sacro cuore
2022 <i>Treviglio</i>	Aggiornamento Basic Life Support Defibrillation per non sanitari Studio Costa
2019 <i>Milano</i>	Laurea in scienze motorie e dello sport Università Cattolica del sacro cuore
2019 <i>Milano</i>	Basic Life Support Defibrillation per non sanitari Università Cattolica del sacro cuore
2019 <i>Milano/ ISSA Europe</i>	Certified Personal Trainer CFT 3 ISSA EUROPE Università Cattolica del sacro cuore
2018 <i>Milano</i>	Corso riallenamento e att. Fisica post Riabilitativa nell'adulto. Università Cattolica del sacro cuore
2016/17 <i>Treviglio</i>	Formazione specifica lavoratori ATECO 2007 Istituto Salesiani
2016 <i>Treviglio</i>	Diploma settore tecnologico indirizzo Costruzioni, ambiente e territorio Istituto Salesiani
Lingue:	Italiano : Si Inglese : Intermedio

Esperienza professionale

A Settembre 2022 <i>Treviglio</i>	Asilo Stella Stellina Mansione; Tirocinante e Assistenza all'educatore.
Da Giugno 2022 A Luglio 2022 <i>Romano di Lombardia</i>	Palestra Individual Lab Mansione; Tirocinante e assistente di sala.
Da Aprile 2022 A Giugno 2022 <i>Milano</i>	Eventi sportivi FISDIR Lombardia Mansione; Tirocinante e gestione svolgimento eventi.
Da Febbraio 2022 A Aprile 2022 <i>Cusano Milanino</i>	Palestra Back school Cusano Milanino Mansione; Tirocinante.
Da Aprile 2020 A Oggi <i>Caravaggio</i>	Palestra Nextfit Caravaggio Mansione; Reception, Istruttore di sala, personal trainer.
Da Aprile 2020 A Oggi <i>Treviglio</i>	Palestra Nextfit Treviglio Mansione; Istruttore di sala e personal trainer.
Da Gennaio 2020 A Maggio 2020 <i>Cologno al serio</i>	Palestra Genesis Club Mansione; Istruttore di sala e reception.
Da Giugno 2019 A Settembre 2019 <i>Treviglio</i>	Tomasini Auto srl Mansione; Addetto manutenzione, officina e magazzino.
Da Gennaio 2019 A Aprile 2019 <i>Treviglio</i>	ActionClub palestra e piscina Mansione; Tirocinante per Personal Trainer e servizio in sala palestra
Da Gennaio 2016 A marzo 2016 <i>Treviglio</i>	Studio Geometri Associati Mansione; Tirocinante, revisione progetti, rilevamenti tecnici in cantiere
Da Febbraio 2015 A Aprile 2015 <i>Arzago d'Adda</i>	Moreschi srl Chiusure industriali Mansione; Tirocinante, disegno tecnico, magazzino

Interessi e altre attività

La mia passione principale è l'allenamento a corpo libero (Street Workout o Calisthenics).

Svolgo principalmente esercizi a corpo libero per sviluppare forza, resistenza, potenza, velocità, mobilità, agilità.

Pratico questa attività da circa sette anni conservando grande entusiasmo per quello che faccio.

Ora faccio parte del gruppo di allenamento "Sons of street", realtà in crescita che si occupa oltre della parte sportiva organizzando eventi di promozione di questo sport anche del recupero di soggetti della comunità di polidipendenze di Alba di Bacco a Limbiate.

L'Obiettivo è quello di avvicinare più persone possibile, tramite l'inclusione, all'ambiente sportivo ed allontanarle da cattive abitudini e dipendenze.

In passato ho giocato 14 anni a calcio FIGC/CSI.

Fin dall'età di 10 anni ho praticato Enduro, sport motociclistico fuori strada, svolgendo per diversi anni il campionato regionale con buoni piazzamenti. Ho abbandonato l'attività nel 2019 per motivi personali e di impegni.

Altra mia passione, che ho da sempre, è il ciclismo. Questa attività la svolgo come allenamento aerobico e come divertimento.

Faccio Downhill, mountain bike, gravel e bici da strada.

Pratico inoltre con periodizzazione annuale la corsa e le camminate in montagna.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all'art. 13 del Regolamento UE 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche con riguardo al trattamento dei dati personali.

