



Manuel Amore

● PROGETTI

18 LUG 23 – ATTUALE

Attività di ricerca

Attività di ricerca finalizzata alla realizzazione di uno studio incentrato sul miglioramento dello sprint attraverso l'utilizzo della slitta da traino con metodologia RST. Questa attività viene svolta presso il KiMoco Lab dell'Università di Firenze sotto la guida dei professori Diego Miniciacchi e Riccardo Bravi.

Link <https://www.dmsc.unifi.it/vp-423-kinesiology-and-motor-control-lab.html>

● ESPERIENZA LAVORATIVA

23 LUG 24 – ATTUALE Empoli, Italia

PREPARATORE ATLETICO EMPOLI F.C.

Il ruolo di preparatore atletico è sulla categoria del settore giovanile Under-13 maschile. Responsabile sui lavori individuali nella suddetta categoria.

12 SET 22 – 1 GIU 23 Firenze, Italia

PREPARATORE ATLETICO POLISPORTIVA RIFREDI

Lavoro incentrato sull'aspetto motorio, coordinativo e performativo delle categorie U14 e U12. Il ruolo ricoperto sulla categoria Under-14 provinciale è stato di preparatore atletico. Su questa squadra è stata posta particolare attenzione alla condizione atletica generale della squadra e all'aspetto coordinativo. In aggiunta, ogni tre mesi venivano effettuati test antropometrici e da campo al fine di valutare l'andamento di tutti gli aspetti performativi. L'attività svolta sull'Under-12 è stata incentrata nella produzione di sessioni d'allenamento caratterizzate da proposte su base ludica così da permettere ai bambini di crescere e migliorarsi attraverso il gioco. Sono state svolte anche sessioni allenanti focalizzate sul miglioramento del gesto tecnico di sprint e sugli aspetti di coordinazione generali.

1 APR 20 – 30 GIU 20 Portici (NA), Italia

PREPARATORE ATLETICO PORTICI 1906

La posizione lavorativa ricoperta (ad interim) è stata quella di preparatore atletico per la categoria regionale Under-16 del Portici calcio che militava in serie D.

La squadra si allenava quattro volte a settimana più il giorno della partita.

Sono stati stilati programmi volti al miglioramento di tutte le capacità condizionali. L'intero gruppo squadra ha lavorato una volta a settimana anche in palestra con programmi individualizzati creati ad hoc per colmare delle lacune espresse in campo ma anche per una questione preventiva.

5 GIU 19 – 5 AGO 20 Brusciano, Italia

PREPARATORE ATLETICO A.S.D. VINCENZO RICCIO

Preparatore atletico della categoria Under-15 regionale. Le sedute di allenamento riguardavano il miglioramento di tutte le capacità condizionali. Ogni trimestre sono stati svolti test per la valutazione della condizione atletica della squadra. Sono state anche ideate sessioni d'allenamento finalizzate alla riatletizzazione post-infortunio.

● ISTRUZIONE E FORMAZIONE

10 DIC 22 – 18 NOV 24 Firenze, Italia

CORSO FEDERALE "PREPARATORE ATLETICO DI SETTORE GIOVANILE" Coverciano (FIGC)

Sito Internet <https://www.figc.it>

10 DIC 22 – ATTUALE Firenze, Italia

MASTER I LIVELLO IN "SPECIALISTA DELLA FORMAZIONE FISICO-ATLETICA NEL SETTORE GIOVANILE"
Università di Firenze

1 SET 21 – 4 OTT 24 Firenze, Italia

LAUREA MAGISTRALE IN "SCIENZE E TECNICHE DELLO SPORT" LM-68 Università di Firenze

Voto finale 110 e Lode | **Tesi** Il miglioramento dello sprint attraverso un approccio integrato all'allenamento resistivo con la slitta

5 MAG 23 – 8 MAG 23 Pescara, Italia

CORSO "SPRINT TRAINING EXPERT" Endas

Indirizzo Via Benedetto Croce, 224, 65126, Pescara, Italia | **Sito Internet** <https://www.endas.it>

5 NOV 19 – 21 LUG 22 Napoli, Italia

LAUREA TRIENNALE IN SCIENZE MOTORIE Università Parthenope di Napoli

Indirizzo via Ammiraglio Ferdinando Acton, 38, 80133, Napoli, Italia | **Voto finale** 101 |

Tesi L'allenamento funzionale applicato al calcio

15 SET 14 – 2 LUG 19 Somma Vesuviana, Italia

DIPLOMA SUPERIORE Liceo scientifico E. Torricelli

Indirizzo via Santa Aloia, 82, 80049, Somma Vesuviana, Italia

● COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: **ITALIANO**

Altre lingue:

	COMPrensIONE		ESPRESSIONE ORALE		SCRITTURA
	Ascolto	Lettura	Produzione orale	Interazione orale	
INGLESE	B2	B2	B2	B2	B2

Livelli: A1 e A2: Livello elementare B1 e B2: Livello intermedio C1 e C2: Livello avanzato

● COMPETENZE DIGITALI

EIPASS 7 MODULI User

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".