CURRICULUM VITAE

INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	FEDERICO GULLOTTI CORDARO
Indirizzo	VIA VIGNOLO 1\13 , GRIANTE (CO), 22011
Telefono	3662865709
Fax	
E-mail	federicogullotti@yahoo.it
Nazionalità	Italiana
Data di nascita	13\12\1986

ESPERIENZA LAVORATIVA

• Date (da – a)	1/03 – 3/11/2016 E 6/02 – 10/11/2017
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Grand Hotel Tremezzo (Via Regina,8 , Tremezzina, Co)
• Tipo di azienda o settore	Hotel (5*L)
• Tipo di impiego	Responsabile impianti sportivi e Assistenza Bagnanti; Manutentore;
• Principali mansioni e responsabilità	-Gestione team Assistenza Bagnanti; -Responsabile dell'allestimento e manutenzione degli impianti sportivi; -Gestione attracco imbarcazioni per sosta/imbarco/sbarco clienti; -Piccola manutenzione idraulica ed elettrica; -Piccoli lavori di falegnameria; -Prima assistenza problematiche generiche all'interno dell'hotel; -Membro squadra antincendio;

• Date (da – a)	7/01 – 30/06/2016
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Istituto d'Istruzione Superiore Statale "E.Vanoni"
• Tipo di azienda o settore	Scuola secondaria di secondo grado
• Tipo di impiego	Docente di Scienze Motorie
• Principali mansioni e responsabilità	-Sviluppo e realizzazione di lezioni teoriche e pratiche di Scienze Motorie; -Sviluppo e realizzazione di test pratici e teorici atti alla valutazione degli studenti;

• Date (da – a)	1/02-31/10/2015
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Palestra Forma Club (Via A.Vespucci 40,Villasanta,MB)
• Tipo di azienda o settore	Palestra
• Tipo di impiego	Socio (quota minoritaria) / Istruttore
• Principali mansioni e responsabilità	-Gestione palestra; -Istruttore sala pesi e powerlifting; -Sviluppo programmi di allenamento;

• Date (da – a)	1/04-28/10/2012 E 1/03-29/12/2013 e 10/01/2014-20/01/2015
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Grand Hotel Tremezzo (Via Regina,8 , Tremezzina, Co)
• Tipo di azienda o settore	Hotel (5*L)
• Tipo di impiego	Responsabile impianti sportivi e Assistenza Bagnanti;
• Principali mansioni e responsabilità	-Gestione team Assistenza Bagnanti; -Responsabile dell'allestimento e manutenzione degli impianti sportivi; -Gestione attracco imbarcazioni per sosta/imbarco/sbarco clienti;

• Date (da – a)	15/12/2011 – 15/03/2012
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Campus Aquae, (Strada Cascinazza, Pavia)
• Tipo di azienda o settore	Centro fitness, piscina e SPA
• Tipo di impiego	Istruttore Sala Pesi, Personal Trainer
• Principali mansioni e responsabilità	- Assistenza sala pesi; -Creazione programmi di allenamento; -Personal Training;

• Date (da – a)	14/03-21/05/2011
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Postural Lab (Via Tessa 5, Pavia)
• Tipo di azienda o settore	Centro di ginnastica posturale, riabilitazione e ginnastica dolce
• Tipo di impiego	Tirocinante in sala ginnastica posturale (Durata: 150 ore)
• Principali mansioni e responsabilità	-Apprendimento metodi di ginnastica posturale e riabilitazione;

• Date (da – a)	1/05 – 10/10/2010 E 10/06-8/10/2011
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Grand Hotel Tremezzo (Via Regina 8, Tremezzina, Co)
• Tipo di azienda o settore	Hotel (5*L)
• Tipo di impiego	Assistente Bagnanti
• Principali mansioni e responsabilità	-Assistenza Bagnanti; -Allestimento Impianti Sportivi;

• Date (da – a)	Gennaio – Marzo 2010
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	C.O.N.I. – Ministero dell'Istruzione
• Tipo di azienda o settore	Insegnamento
• Tipo di impiego	Progetto di avviamento all'attività motoria nelle scuole primarie di San Fedele e Lanzo d'Intelvi;
• Principali mansioni e responsabilità	-Preparazione e svolgimento di lezioni di attività motoria nelle scuole primarie;

• Date (da – a)	21/04 – 31/07/2009
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Sporting San Fedele (Via alla Piscina 10, San Fedele d'Intelvi, Co)
• Tipo di azienda o settore	Centro fitness e piscina
• Tipo di impiego	Tirocinio in sala pesi e piscina (durata: 150 ore)
• Principali mansioni e responsabilità	-Assistenza in sala pesi; -Assistenza bagnanti ; -Assistente allenatore gruppo agonisti juniores di nuoto;

• Date (da – a)	9/06 – 29/08/2008
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Virtus Gym (Via Statale 20, Lenno)
• Tipo di azienda o settore	Palestra
• Tipo di impiego	Tirocinio in sala pesi (durata: 100 ore)
• Principali mansioni e responsabilità	-Assistenza in sala pesi; -Sviluppo di programmi di allenamento;

• Date (da – a)	16/06 – 30/09/2007
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Grand Hotel Tremezzo (Via Regina 8, Tremezzo, Co)
• Tipo di azienda o settore	Hotel (5*L)
• Tipo di impiego	Assistente Bagnanti
• Principali mansioni e responsabilità	-Assistenza Bagnanti; -Allestimento Impianti Sportivi;

• Date (da – a)	5/07 – 20/09/2006
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Hotel Britannia (Via Regina 41, Griante Cadenabbia)
• Tipo di azienda o settore	Hotel (3*)
• Tipo di impiego	Apprendista Barman
• Principali mansioni e responsabilità	-Preparazione bevande; -Operazioni di cassa; -Servizio ai tavoli;

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

• Date (da – a)	Ottobre 2006 – 15 marzo 2010
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università degli Studi dell'Insubria
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Corso di Laurea in Scienze Motorie, Facoltà di Medicina e Chirurgia
• Qualifica conseguita	Dottore in Scienze Motorie (votazione: 110 e lode, pubblicazione della tesi di Laurea su Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, con il titolo "Selling androgenic anabolic steroids by the pound: identification and analysis of popular websites on the Internet")

• Date (da – a)	Settembre 2000 – 4 Luglio 2005
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Istituto di Istruzione secondaria superiore "E. Vanoni" (Menaggio)
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Liceo Scientifico
• Qualifica conseguita	Diploma di Liceo Scientifico

• Date (da – a)	9-16-23 ottobre 2012 (aggiornato a settembre 2016)
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Unione Provinciale Commercio Turismo Servizi (UPCTS) Como
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Addetto al pronto soccorso- corso base/ rischio basso-medio, corso teorico-pratico
• Qualifica conseguita	Addetto al pronto soccorso , rischio basso-medio

• Date (da – a)	Dicembre 2016 (corso), 7/11/2017 (esame)
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Ufficio Formazione Antincendio, Vigili del Fuoco
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Addetto Antincendio, rischio elevato, corso teorico-pratico
• Qualifica conseguita	Addetto Antincendio, rischio elevato

• Date (da – a)	Aprile 2007
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Federazione Italiana Nuoto
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Assistenza bagnanti
• Qualifica conseguita	Assistente bagnanti F.I.N. grado P

Capacità e competenze personali

MADRELINGUA	Italiano
ALTRE LINGUA	
	INGLESE
• Capacità di lettura	BUONO
• Capacità di scrittura	Buono
• Capacità di espressione orale	BUONO
CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI *Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.*	-OTTIME CAPACITÀ DI ADATTAMENTO A NUOVE SITUAZIONI LAVORATIVE; -PRECISIONE NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI ASSEGNATI; -OTTIMA CAPACITÀ DI TEAM WORK; -BUONA EMPATIA; -DISPONIBILITÀ ALLA FLESSIBILITÀ ORARIA ;
CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE *Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.*	- Capacità nel coordinare un gruppo verso il raggiungimento di un risultato; - Capacità nello sviluppare e realizzare programmi di allenamento fisico a seconda di differenti esigenze e necessità ;
CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE *Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.*	-CONOSCENZA PACCHETTO OFFICE; -ESPERIENZA PLURIENNALE NELL'ALLENAMENTO CON SOVRACCARICHI E MACCHINARI ISOTONICI, VOLTI AL MIGLIORAMENTO DELLA FORZA E DEL TROFISMO MUSCOLARE; -PARTECIPAZIONE A DIVERSI CONVEGNI MONOTEMATICI LEGATI ALLE SCIENZE MOTORIE (TRAINER POSTURALE, ATTIVITÀ FISICA ED OBESITÀ....);
ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE *Competenze non precedentemente indicate.*	BUONA CULTURA MUSICALE;
PATENTE O PATENTI	-Patente B; -Pilota Motorista Autorizzato; -Brevetto di Assistente bagnanti Federazione Italiana Nuoto (grado P); -Istruttore di powerlifting, Federazione Italiana PowerLifting;

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio Curriculum Vitae in base art.13 del D.Lgs. 196/2003

Cognome GULLOTTI CORDARO

Nome FEDERICO

nato il 13 dicembre 1986

(atto n. 964 P I^ S A)

a Como (Como)

Cittadinanza italiana

Residenza GRIANTE (CO)

Via Vignolo n. 1

Stato civile = = =

Professione = = =

CONNOTATI E CONTRASSEGNI SALIENTI

Statura mt. 1,82

Capelli castani

Occhi castani

Segni particolari = = =

Firma del titolare F. Gullotti C.

Griante li 28.10.2016

IL SINDACO Luigi Vanni

Impronta del dito indice sinistro

COMUNE DI GRIANTE PROV. COMO

RegioneLombardia

CartaRegionale dei Servizi

TESSERA SANITARIA CARTA NAZIONALE DEI SERVIZI

Codice fiscale GLLFRC86T13C933V

Data di scadenza 24/06/2018

Cognome GULLOTTI CORDARO

Nome FEDERICO

Sesso M

Luogo di nascita COMO

Codice assistito 444PX498

Provincia CO

Data di nascita 13/12/1986

SCADE IL 13.12.2026

IL SINDACO

Luigi Vanni

AV 6598346

REPVBBLICA ITALIANA

COMVNE DI GRIANTE

CARTA D'IDENTITA'

N° AV 6598346

DI

GULLOTTI CORDARO

FEDERICO