

FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE



Informazioni personali

Nome Tommaso Grenga

Istruzione e formazione

Stato	Concluso
Titolo di studio	MASTER DI 1° LIVELLO
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI NAPOLI "FEDERICO II" - MEDICINA E CHIRURGIA
Corso di laurea	Posturologia Clinica
Durata del corso	1 anni
Conseguito nel	07/07/2015
Votazione	110/110 con lode
Titolo della tesi	L'IMPORTANZA DEL POSTUROLOGO E DEL DRAGONBOAT PER LA PREVENZIONE DELLE ALTERAZIONI POSTURALI NELLE DONNE OPERATE DI NEOPLASIA MAMMARIA
Relatore della tesi	Teresa Caione
Stato	Concluso
Titolo di studio	LAUREA MAGISTRALE/SPECIALISTICA (BIENNALE)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI ROMA FORO ITALICO - SCIENZE MOTORIE
Corso di laurea	SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITA' MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE
Durata del corso	2 anni
Conseguito nel	2012
Votazione	108/110
Titolo della tesi	Esperienza del Dragon Boat in donne operate di neoplasia mammaria.
Materia della tesi	Attività Motoria per popolazioni speciali.
Relatore della tesi	Paola Sbriccoli
Stato	Concluso
Titolo di studio	LAUREA (TRIENNALE)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI ROMA FORO ITALICO - SCIENZE MOTORIE
Corso di laurea	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
Durata del corso	3 anni
Conseguito nel	2010
Votazione	102/110
Titolo della tesi	Valutazione dell'agility durante il periodo precampionato.
Materia della tesi	Giochi Sportivi
Relatore della tesi	Antonio Tessitore

Stato	Concluso
Titolo di studio	DIPLOMA CONCLUSIVO DI STATO
Istituto	Liceo Classico "Dante Alighieri" - Latina
Durata del corso	5 anni
Conseguito nel	2007
Votazione	70/100

Professioni desiderate Area Scienze Motorie Sport e Benessere - Specialisti nell'educazione e nella formazione di soggetti diversamente abili

Esperienze lavorative

Data	05/09/2016 – in corso
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Schola Puerorum – Cappella Musicale Pontificia Sistina
Figura professionale	Insegnante di Educazione Fisica e Posturologo
Attività specifiche	Professori di discipline tecniche e scientifiche nella scuola secondaria inferiore.
Data	02/02/2016 – 30/06/2016
Nome e indirizzo del datore di lavoro	MIUR
Figura professionale	Insegnante di Educazione Fisica (Scuola media) presso I.C. Regina Margherita e I.C. E.Q. Visconti
Rapporto di lavoro	Professori di discipline tecniche e scientifiche nella scuola secondaria inferiore
Data	01/02/2016 – in corso
Nome e indirizzo del datore di lavoro	CENTRO SPORTIVO ROMAUNO
Figura professionale	Posturologo e Educatore Motorio
Rapporto di lavoro	Libero Professionista
Attività specifiche	Consulente posturale, rieducatore individuale posturale, consulente psicomotricista.
Data	01/10/2015 – in corso
Nome e indirizzo del datore di lavoro	SILVER GYM
Figura professionale	Posturologo e Istruttore fitness
Rapporto di lavoro	Lavoro a orario ridotto o tempo parziale
Modalità lavorativa	Lavoro In Turni
Attività specifiche	Consulente posturale e Personal Trainer

Data	01/10/2014 – 30/06/2015
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Cardiosalus Onlus - Riabilitazione Cardologica S. Filippo Neri
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Lavoro A Orario Ridotto O A Tempo Parziale
Modalità lavorativa	Lavoro In Turni
Principali mansioni e responsabilità	Organizzatore gruppi di cammino per IAa prevenzione dei fattori di rischio cardiovascolari.
Data	01/10/2014 – 30/06/2015
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Cardiosalus Onlus - Riabilitazione Cardologica S. Filippo Neri
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Lavoro A Orario Ridotto O A Tempo Parziale
Modalità lavorativa	Lavoro In Turni
Principali mansioni e responsabilità	Organizzatore gruppi di cammino per la prevenzione dei fattori di rischio cardiovascolari.
Data	27/01/2014 - in corso
Figura professionale	Ginnastica Posturale
Rapporto di lavoro	Lavoro A Domicilio
Modalità lavorativa	Lavoro Autonomo
Principali mansioni e responsabilità	Ginnastica Correttiva, Rieducazione posturale e Psicomotricità a domicilio
Data	14/10/2013 – 30/06/2016
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Esn - Erasmus Student Network
Figura professionale	Organizzatori Di Eventi E Di Strutture Sportive
Rapporto di lavoro	Lavoro In Cooperativa O In Associazione
Modalità lavorativa	Part-time Misto
Principali mansioni e responsabilità	Organizzatore attività sportive per studenti erasmus

Data	02/10/2013 – in corso
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Polisportiva Ada Negri
Figura professionale	Istruttori Di Discipline Sportive Non Agonistiche
Rapporto di lavoro	Lavoro Autonomo/collaborazione (co.co.co.-co.co.pro.)
Modalità lavorativa	Lavoro In Turni
Principali mansioni e responsabilità	Istruttore di ginnastica generale e posturale per adulti.
Data	09/09/2013 – in corso
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Centro Sportivo Romauno
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Lavoro Autonomo/collaborazione (co.co.co.-co.co.pro.)
Modalità lavorativa	Lavoro In Turni
Principali mansioni e responsabilità	Istruttore Scuola Calcio, Pilates e Psicomotricità
Data (da - a)	Dal 29/10/2012 al 01/06/2014
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Virgin Active Spa
Figura professionale	Istruttori Di Discipline Sportive Non Agonistiche
Rapporto di lavoro	Lavoro Autonomo/collaborazione (co.co.co.-co.co.pro.)
Modalità lavorativa	Lavoro In Turni
Principali mansioni e responsabilità	Istruttore di Sala pesi e istruttore fitness Freelance (TRX, Gravity TG, Allenamento Funzionale, Ginnastica Posturale, Pilates, Stretching e Flessibilità, Fitball)
Data (da - a)	Dal 27/08/2012 al 31/03/2013
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Asd Aces Casal Barriera
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Lavoro In Cooperativa O In Associazione
Modalità lavorativa	Part-time Verticale
Principali mansioni e responsabilità	Preparatore atletico e recupero infortuni in una squadra di calcio categoria Juniores Elite.
Data (da - a)	Dal 13/06/2012 al 11/09/2012
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Fisiopoint Centro Di Riabilitazione
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Tirocinio/stage
Modalità lavorativa	Full-time
Principali mansioni e responsabilità	Rieducazione Motoria in Acqua e sviluppo di Protocolli in palestra specifici per il paziente.
Data (da - a)	Dal 29/02/2012 al 25/05/2012
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Akademia Wychowania Fizycznego We Wrocawiu
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Tirocinio/stage
Modalità lavorativa	Lavoro In Turni
Principali mansioni e responsabilità	Istruttore sala pesi.
Data (da - a)	Dal 01/02/2012 al 25/05/2012

Nome e indirizzo del datore di lavoro	Akademicki Szpital Kliniczny We Wrocawiu - Ospedale Universitario Di Wrocaw.
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Tirocinio/stage
Modalità lavorativa	Part-time Verticale
Principali mansioni e responsabilità	Rieducazione motoria in donne operate di neoplasia mammaria; Tirocinio dimostrativo presso il reparto di ortopedia e traumatologia.
Data (da - a)	Dal 19/11/2011 al 16/01/2012
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Istituto Santa Teresa Di Pellicone Maria Teresa - - Università Degli Studi Di Roma "foro Italico"
Figura professionale	Tecnici Del Reinserimento E Dell'integrazione Sociale
Rapporto di lavoro	Tirocinio/stage
Modalità lavorativa	Part-time Orizzontale
Principali mansioni e responsabilità	Titocinio svolto presso una scuola primaria in classi con presenza di soggetti diversamente abili.
Data (da - a)	Dal 03/09/2011 al 11/01/2012
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Evergreen Fit
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Lavoro In Cooperativa O In Associazione
Modalità lavorativa	Part-time Orizzontale
Principali mansioni e responsabilità	Istruttore sala pesi
Data (da - a)	Dal 30/08/2010 al 20/01/2012
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Polisportiva Sonnino 1960
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Lavoro In Cooperativa O In Associazione
Modalità lavorativa	Part-time Verticale
Principali mansioni e responsabilità	Preparatore atletico e recupero infortuni in una squadra di calcio di 1°Categoria e Juniores Provinciale; Istruttore Scuola Calcio
Data (da - a)	Dal 02/09/2009 al 09/05/2010
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Polisportiva Sonnino 1960
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Tirocinio/stage
Modalità lavorativa	Full-time
Principali mansioni e responsabilità	Preparatore atletico e recupero infortuni in una squadra di calcio di 2°Categoria e Juniores Provinciale; Istruttore Scuola Calcio
Data (da - a)	Dal 01/09/2008 al 03/05/2009
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Polisportiva Sonnino 1960
Figura professionale	Allenatori E Tecnici Sportivi
Rapporto di lavoro	Lavoro In Cooperativa O In Associazione
Modalità lavorativa	Part-time Verticale
Principali mansioni e responsabilità	Preparatore atletico in una squadra di calcio di 2°categoria; Istruttore di scuola calcio.

Percorso di formazione

Anno conseguimento	2018
Denominazione	LA FASCIA COME ORGANO SENSORIALE Docente: Robert Schleip
Ente erogatore	NEW MASTER SRL
Anno conseguimento	2017
Denominazione	PANCAFIT: LIVELLO AVANZATO N9. Patologie, alterazione funzionali e strutturali dei tre epigastrico, della gola e pelvico.
Ente erogatore	POSTURALMED SA
Anno conseguimento	2017
Denominazione	FCM: Functional Corrective Movement
Ente erogatore	CHINESIO ACADEMY, MOTUS KEY
Anno conseguimento	2017
Denominazione	PANCAFIT: CORSO BASE A INDIRIZZO SANITARIO.
Ente erogatore	POSTURALMED SA
Anno conseguimento	2017
Denominazione	ECDL It Security Specialised Level
Ente erogatore	UNIPIRANDELLO TEST CENTER AICA
Anno conseguimento	2016
Denominazione	Riequilibrio Posturale Integrato (aggiornamento)
Ente erogatore	Chinesio Academy
Anno conseguimento	2016
Denominazione	Postural Sport
Ente erogatore	Chinesio Academy
Anno conseguimento	2015
Denominazione	Ginnastica pre e post parto
Ente erogatore	Università Federico II di Napoli
Anno conseguimento	2015
Denominazione	TAPING KINESIOLOGICO APPLICATO ALLE PATOLOGIE DELLA COLONNA VERTEBRALE, RACHIALGIE E POSTURA
Ente erogatore	Università Federico II di Napoli

Denominazione	Workshop recupero funzionale LCA
Ente erogatore	Fisiomedical Gym
Anno conseguimento	2014
Denominazione	Ginnastica Vertebrale
Ente erogatore	Sportmed Ricerca e Formazione
Anno conseguimento	2014
Denominazione	Chinesiologia Correttiva
Ente erogatore	Sportmed Ricerca e Formazione
Anno conseguimento	2014
Denominazione	Metodo AMP -Armonizzazione Muscolare Progressiva
Ente erogatore	Fisiomedical Gym
Anno conseguimento	2013
Denominazione	CATENE MUSCOLARI Schemi Posturali e Performance Sportiva
Ente erogatore	SportMed Ricerca e Formazione
Anno conseguimento	2013
Denominazione	Metodo Kinesio-Pilates
Ente erogatore	Sportmed Ricerca e Formazione
Anno conseguimento	2013
Denominazione	Ginnastica pre e post parti
Ente erogatore	Fisiomedical Gym

Denominazione	Corso di Biomeccanica degli esercizi in
palestra Ente erogatore	ELAV
Attestato conseguito	FREQUENZA
Durata	1 Giorni
Anno conseguimento	2012
Denominazione	GRAVITY foundation
Instructor Ente erogatore	Total Gym
Anno conseguimento	2012
Denominazione	Attestato di certificazione qualificata "Riequilibrio Posturale
Integrato" Ente erogatore	SportMed Ricerca e Formazione
Anno conseguimento	2012
Denominazione	Erasmus
Project	
Ente erogatore	Esn Network - Università degli Studi "FORO ITALICO" -
MIUR	
Anno conseguimento	2011
Denominazione	Attestato di certificazione qualificata
BLSD Ente erogatore	Università degli Studi di Roma
"Foro Italico"	
Attestato conseguito	CERTIFICAZIONE
COMPETENZE	5 Mesi
Anno conseguimento	2010
Denominazione	"LA PRATICA SPORTIVA OTTIMALE PER I GIOVANI" Le basi
	teoriche e scientifiche della specializzazione sportiva giovanile
Ente erogatore	Università degli Studi di Roma "Foro Italico" - Federazione Italiana di
	Atletica Leggera

Lingue straniere

lingua	INGLESE
Capacità di lettura	Livello:
BUONO	
Capacità di scrittura	Livello:
BUONO	
Capacità di espressione orale	Livello:
BUONO	
lingua	SPAGNOL
O Capacità di lettura	Livello:
BUONO	
Capacità di scrittura	Livello:
SUFFICIENTE	
Capacità di espressione orale	

Livello:

SUFFICIENTE

Il sottoscritto autorizza al trattamento dei dati personali secondo quanto previsto dal D.Lgs. 196/2003