



Marco Arcangeli

Data di nascita: 11/02/1991 | **Nazionalità:** Italiana | **Sesso:** Maschile | **Numero**

di telefono: (+39) 3665490607 (Cellulare) | **Indirizzo e-mail:**

marcangeli@hotmail.it | **Instagram:** [marcangeli.pt](https://www.instagram.com/marcangeli.pt) |

Whatsapp Messenger: 3665490607 |

Indirizzo: Via Pietrasanta 18, 00148, Roma, Italia (Abitazione)

● ESPERIENZA LAVORATIVA

07/05/2018 – ATTUALE Roma, Italia

PERSONAL TRAINER VIRGIN ACTIVE VALLE AURELIA

01/12/2013 – 31/03/2020

PERSONAL TRAINER, ISTRUTTORE SALA PESI, CORSO DI FUNCTIONAL TRAINING, CORSO DI KETTLEBELL PUSH UP

lun-merc-ven ore 16.30-21-30

Indirizzo Roma, Italia

03/10/2016 – 31/07/2017 Roma, Italia

PERSONAL TRAINER, CORSO DI TRX, CORSO DI FUNCTIONAL TRAINING CIRCOLO TENNIS CLUB BELLE ARTI

Indirizzo Roma, Italia

06/10/2014 – 31/07/2015

ISTRUTTORE SALA PESI, CORSO DI BOOTCAMP VERY YEAH

Indirizzo Roma, Italia

13/01/2015 – 31/07/2016

ISTRUTTORE SALA PESI LIFE FIT

Indirizzo Roma, Italia

10/09/2013 – 31/07/2014

ISTRUTTORE SALA PESI NEW BLUE DRAGON'S CLUB

Indirizzo Roma, Italia

01/08/2013 – 01/09/2013

ISTRUTTORE SALA PESI ACCADEMIA 92

Indirizzo Roma, Italia

01/01/2013 – 24/05/2013

PREPARATORE ATLETICO A.S. GUADALUPEROS

Indirizzo Roma, Italia

10/2012 – 04/2013

TIROCINIO IN SALA PESI PUSH UP

Indirizzo Roma, Italia

2011

FIGURANTE NELLA SERIE TELEVISIVA "IL COMMISSARIO REX" RAI 1

09/2010 – 05/2011

ALLENATORE CALCIO A 5 CATEGORIA PULCINI G.S.D. FORTE AURELIO

Indirizzo Roma, Italia

2007 – 2011

COMMESSE S.D.B. TERMOIDRAULICA

Solo nei periodi estivi (giugno-luglio-agosto)

Indirizzo Roma, Italia

● **ISTRUZIONE E FORMAZIONE**

01/11/2015 – 03/03/2020 Roma, Italia

LAUREA MAGISTRALE IN SCIENZE DELLA NUTRIZIONE UMANA Università Telematica San Raffaele

Indirizzo Roma, Italia

26/03/2014 Roma, Italia

LAUREA IN SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE Università degli Studi di Roma Foro Italico (IUSM)

Indirizzo Roma, Italia

07/09/2020 – 08/06/2021

EXCELLENT TRAINER 1°LIVELLO SBB (Sustainable Body Building)

Sito Internet www.sustainablebb.com

2013

DIPLOMA DI "ALLENATORE PERSONAL TRAINER" 1° LIVELLO FIPE (federazione italiana pesistica)

28/04/2018 Roma, Italia

CORSO NAZIONALE DI STRAPPO E SLANCIO BASE FIPE

Indirizzo Roma, Italia

09/05/2015

CERTIFICAZIONE DI TRAINER GINNASTICA POSTURALE ATS (advanced training system)

04/04/2015 Roma, Italia

CERTIFICAZIONE DI ISTRUTTORE SPECIALIZZATO KETTLEBELL FIPE

Indirizzo Roma, Italia

05/07/2015 Roma, Italia

CERTIFICAZIONE DI SPECIALISTA IN ESERCIZIO CORRETTIVO ATS (advanced training system)

Indirizzo Roma, Italia

Indirizzo Roma, Italia

2016 Italia

OPERATORE BLS-D (BASIC LIFE SUPPORT AND DEFIBRILLATION) Salvamento Academy

Tecniche di base a supporto delle funzioni vitali per affrontare una situazione d'emergenza utilizzando il defibrillatore semiautomatico esterno, a una persona adulta priva di respiro o di battito cardiaco in attesa dell'arrivo del Servizio Medico d'Emergenza 118.

Indirizzo Italia

● **COMPETENZE LINGUISTICHE**

Lingua madre: **ITALIANO**

Altre lingue:

	COMPRESIONE		ESPRESSIONE ORALE		SCRITTURA
	Ascolto	Lettura	Produzione orale	Interazione orale	
INGLESE	B2	C1	B2	B2	B2

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

● **ULTERIORI INFORMAZIONI**

COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Competenze organizzative Buone competenze organizzative acquisite durante le mie esperienze nelle varie palestre come istruttore.

COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI

Competenze comunicative e interpersonali Ottime competenze comunicative e relazionali acquisite durante la mia esperienza di istruttore nelle palestre.

COMPETENZE PROFESSIONALI

Competenze professionali

- Ottima padronanza dei diversi tipi di allenamento finalizzato alla crescita muscolare, dimagrimento, tonificazione ecc- Mental Coaching

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".

Roma , 27/01/2023