

**FORMATO EUROPEO PER
IL CURRICULUM VITAE**



Informazioni personali

Cognome / Nome

Sepulcri Luigino

Indirizzo(i)

xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

Cellulare

xxxxxxx

E-mail

xxxxxxx

Cittadinanza

Italiana

Data di nascita e luogo

01/10/1955 – Bagnaria Arsa (UD)

Codice Fiscale

xxxxxxxxxxxxxxxx

Data

01/08/2019 ad oggi

Lavoro o posizione ricoperti

Preparatore Atletico APU basket Udine

Nome e indirizzo del datore di lavoro

APU

Data

10/04/2010 ad oggi

Lavoro o posizione ricoperti

Docente al Master Internazionale: riabilitazione e rieducazione funzionale nello sport, gestione in team dell'atleta infortunato

Nome e indirizzo del datore di lavoro

Data

01/09/2011 ad oggi

Lavoro o posizione ricoperti

Responsabile del Laboratorio di Valutazione Biomeccanica e Bioenergetica del Centro Medicus di Udine.

Nome e indirizzo del datore di lavoro

Medicus Srl, via delle Scienze 100, 33100 Udine (Italia)

Data

Dal 1992 ad oggi

Lavoro o posizione ricoperti

Relatore a Congressi Nazionali e Internazionali sulle tematiche inerenti la metodologia dell'allenamento e il recupero funzionale

Nome e indirizzo del datore di lavoro

Data

01/09/1984 al 01/09/2020

Lavoro o posizione ricoperti

Docente, di scienze motorie e sportive, nella scuola media superiore di secondo grado. Liceo Classico "J. Stellini", piazza 1° maggio, Udine

Nome e indirizzo del datore di lavoro

Data

2000-2012

Lavoro o posizione ricoperti

Docente, a contratto, di teoria e metodologia dell'allenamento degli sport anaerobici.

Nome e indirizzo del datore di lavoro

Università degli Studi di Udine – Facoltà di Medicina e Chirurgia – Corso di Laurea Magistrale in Scienze dello Sport.

Data

2006 - 2010

Lavoro o posizione ricoperti

Responsabile della Preparazione Fisica e della formazione allenatori e preparatori fisici della FIP. Preparatore fisico della Nazionale Italiana di Pallacanestro.

Nome e indirizzo del datore di lavoro

Federazione Italiana Pallacanestro, Settore Squadre Nazionali Maschile e Femminile.

Data

2004-2005

Lavoro o posizione ricoperti

Preparatore fisico della Nazionale Italiana di Basket U20 maschile.

Nome e indirizzo del datore di lavoro

Federazione Italiana Pallacanestro, Settore Squadre Nazionali Maschile.

Data

2002 -2010

Lavoro o posizione ricoperti

Docente al corso di formazione per Preparatori Fisici di Basket.

Nome e indirizzo del datore di lavoro

Federazione Italiana Pallacanestro, CNA.

Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile del recupero dei giocatori infortunati.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Virtus- Kinder Bologna.
Data	1999 - 2000 e 2003 - 2008
Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile del recupero dei giocatori infortunati.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Snaidero Basket Udine.
Data	1998 - 1999
Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile del recupero dei giocatori infortunati.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Nuova P.U – Udine.
Data	1997 - 1998
Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile della riabilitazione e recupero dei giocatori infortunati.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Pallacanestro Gorizia.
Data	1996 - 2000
Lavoro o posizione ricoperti	Responsabile del Centro Studi e Ricerche F.I.D.A.L. del Friuli Venezia Giulia.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	F.I.D.A.L. del Friuli Venezia Giulia.
Data	1996 - 1999
Lavoro o posizione ricoperti	Relatore ai corsi di aggiornamento per docenti di educazione fisica su tematiche inerenti la teoria e metodologia delle attività motorie nella scuola di 1° e 2° grado.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Provveditorato agli Studi – Udine.
Data	1983 - 1994
Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile della riabilitazione e recupero dei giocatori infortunati.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	A.P.U – Udine.
Data	1980 - 1996
Lavoro o posizione ricoperti	Allenatore specialista di Atletica di atleti di interesse Nazionale.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Libertas Udine.
Data	1980 - 1982
Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico della squadra Primavera e settore giovanile.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Udinese calcio.

Istruzione e formazione

Data	10/02/2003
Titolo della qualifica rilasciata	Laurea in Scienze Motorie.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Facoltà di Scienze Motorie dell'Università di Bologna.
Livello nella classificazione nazionale	110 e lode
Data	10/12/1979
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma di laurea.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	ISEF di Bologna.
Livello nella classificazione nazionale	110 e lode
Data	01/12/2003
Titolo della qualifica rilasciata	Master in Relazione e Comunicazione Didattica.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	F.I.P.

Data 01/07/2004
 Titolo della qualifica rilasciata Master in Teoria e Metodologia dell'allenamento.
 Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione Facoltà di Scienze Motorie dell'Università Tor Vergata di Roma.
 Livello nella classificazione nazionale 110 e lode.

Data 2002
 Titolo della qualifica rilasciata Preparatore Fisico Specialista FIP.
 Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione F.I.P.
 Livello nella classificazione nazionale 30/30

Data 1992
 Titolo della qualifica rilasciata Tecnico Specialista settore Salti.
 Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione F.D.A.L.
 Livello nella classificazione nazionale 29/30

Capacità e competenze personali

Madrelingua(e) **Italiano**

Altra(e) lingua(e)

Autovalutazione

Inglese

Comprensione				Parlato				Scritto	
Ascolto		Lettura		Interazione orale		Produzione orale			
B1	Utente autonomo	B1	Utente autonomo	B1	Utente autonomo	B1	Utente autonomo	A2	Utente base

Capacità e competenze sociali In grado di relazionarmi con persone di diversa nazionalità e cultura. In grado di comunicare in modo chiaro e preciso, rispondendo a specifiche richieste.

Capacità e competenze organizzative In grado di organizzare autonomamente il lavoro, definendo priorità e assumendo responsabilità, rispettando le scadenze e gli obiettivi prefissati.
 Sono in grado di lavorare in situazioni di stress e di gestire le relazioni con i colleghi e con il pubblico. Ho acquisito questa competenza lavorando come responsabile della preparazione e formazione nella FIP e come Tutor coordinatore al Tirocinio Formativo Attivo (Università di Udine)

Capacità e competenze informatiche Conoscenza e buon utilizzo degli applicativi Microsoft e del pacchetto Office.

Pubblicazioni

- Effects of elastic recoil on maximal explosive power of the lower limbs.
European Journal Appl. Physiology (1997, 75).
P. Zamparo-G. Antonutto- C. Capelli – M. Girardis – L. Sepulcri – P.E. di Prampero.
- Of sprint running or running uphill?
4th Annual Congress of European College of Sport Science – Roma 14-17 luglio 1999.
P.E. di Prampero, S. Fusi, G. Antonutto, L. Sepulcri.
- Sprint running: a new energetic approach
The Journal of Experimental Biology 208. 2809-2816, 2005.
P.E. di Prampero, S. Fusi, L. Sepulcri, J.B. Morin, A. Belli and G. Antonutto
- Corsa veloce o corsa in salita?
Nuova Atletica, ricerca in Scienze dello Sport, 199,200, 2006
P.E. di Prampero, S. Fusi, L. Sepulcri, J.B. Morin, A. Belli, I. Zadro and G. Antonutto
- Energy balance of supramaximal intermittent exercise
Medicine & Science in Sports & Exercise: May 2006 - Volume 38 - Issue 5 - p S515
C. Capelli, L. Sepulcri. E. Tam and P. Zamparo.
- Effects of intermittent exercise (shuttle runs) training on young basketball players
Coaching & Sport Science Journal,2, 1, 32-39, 2006

L. Sepulcri, P. Zamparo, E. Tam , C. Capelli , M. Serratore
 • Controllo posturale e recupero funzionale
 Scienza e sport,2,62-65, 2009
 L. Sepulcri
 • L'esercizio intermittente nel basket
 Scienza e sport,3,62-67, 2009
 L. Sepulcri, P. Zamparo, E. Tam , C. Capelli , M. Serratore
 • La costruzione fisica del giocatore di basket
 Scienza e sport,4,52-54, 2009
 L. Sepulcri
 • Body control for the individual fundamentals
 FIBA assist magazine, 42,38-43,2010
 L. Sepulcri
 • Effetti dell'uso di resistenze elastiche con pesi liberi per lo sviluppo della potenza
 Scienza e sport,7, 66-70, 2010.
 L. Sepulcri
 • A Protocol of Intermittent Exercise (Shuttle Runs) to Train Young Basketball Players.
 Zadro I, Sepulcri L, Lazzer S, Fregolent R, Zamparo P.
 J Strength Cond Res. 2011 Feb 24.
 • Il lavoro meccanico esterno nella corsa. Confronto tra corsa in linea e a navetta.
 Sepulcri L., Fierravanti D., Zamparo P.
 Scienza e sport,12, 66-70, 2011.
 • L'organizzazione del carico fisico durante il campionato
 Sepulcri L., N. Coque
 Scienza e sport,9, 66-70, 2011;
 • Il controllo del corpo
 Sepulcri L., Consolini G.
 Scienza e sport,13, 64-67, 2011;
 • Il controllo del corpo nei movimenti difensivi
 Sepulcri L., Consolini G.
 Scienza e sport,14, 50-53, 2012;
 • Evoluzione delle caratteristiche fisiche del giocatore di basket
 Sepulcri L., De Conti D.
 Scienza e sport,15, 80-83, 2012;
 • One leg lateral jumps – A new test for team player evaluation.
 Taboga P., Sepulcri L. , Lazzer S., De Conti D., di Prampero P. E.
 J. Sports Med. Phys Fitness 2013; 53:524-32.
 • L'allenamento funzionale e l'economia del movimento.
 Sepulcri L.
 Sport e Medicina, 2, 33-37, 20213.
 • Energetics of shuttle runs: the effects of distance and change of direction
 Zamparo P., Zadro I, , Lazzer S, Beato M., Sepulcri L.
 International Journal of Sports Physiology and Performance 2014

ALLEGATI

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi dell'art. art. 76 del DPR 445/2000, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali. Inoltre, il sottoscritto autorizza al trattamento dei dati personali, secondo quanto previsto dalla Legge 196/03.

"Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi e del GDPR (Regolamento UE 2016/679) e dell'ex Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e autorizzo al trattamento dei dati personali ai fini ECM (pubblicazione del Curriculum vitae nella banca Dati del sito ECM e trasmissione dei dati personali alla Commissione ECM), ai sensi del del GDPR (Regolamento UE 2016/679) e dell'ex D.Lgs. 30 giugno 2003, n. 196 sulla tutela della privacy"

CITTA' Udine

DATA 01/02/2023

FIRMA
 Luigino Sepulcri

