

**FORMATO EUROPEO PER
IL CURRICULUM VITAE**



Informazioni personali

Cognome / Nome **Sepulcri Luigino**

Indirizzo(i) XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

Cellulare XXXXXXXX

E-mail XXXXXXXX

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
Nome e indirizzo del datore di lavoro dell'atleta infortunato

Data 01/09/2011 ad oggi

Lavoro o posizione ricoperti Responsabile del Laboratorio di Valutazione Biomeccanica e Bioenergetica del Centro Medicus di
Nome e indirizzo del datore di lavoro Udine.

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
Nome e indirizzo del datore di lavoro dell'allenamento e il recupero funzionale

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.
Nome e indirizzo del datore di lavoro Liceo Classico "J. Stellini", piazza 1° maggio, Udine

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.
Nome e indirizzo del datore di lavoro Preparatore fisico della Nazionale Italiana di Pallacanestro.
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.

Nome e indirizzo del datore di lavoro	Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile del recupero dei giocatori infortunati.
	Data	1999 - 2000 e 2003 - 2008
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile del recupero dei giocatori infortunati.
	Data	1998 - 1999
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile del recupero dei giocatori infortunati.
	Data	1997 - 1998
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile della riabilitazione e recupero dei giocatori infortunati.
	Data	1996 - 2000
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Lavoro o posizione ricoperti	Responsabile del Centro Studi e Ricerche F.I.D.A.L. del Friuli Venezia Giulia.
	Data	1996 - 1999
Nome e indirizzo del datore di lavoro	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.
	Data	1983 - 1994
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico e responsabile della riabilitazione e recupero dei giocatori infortunati.
	Data	1980 - 1996
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Lavoro o posizione ricoperti	Allenatore specialista di Atletica di atleti di interesse Nazionale.
	Data	1980 - 1982
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore Atletico della squadra Primavera e settore giovanile.
	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	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Comprensione</th> <th colspan="2">Parlato</th> <th colspan="2">Scritto</th> </tr> <tr> <th>Ascolto</th> <th>Lettura</th> <th>Interazione orale</th> <th>Produzione orale</th> <th colspan="2"></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>B1 Utente autonomo</td> <td>B1 Utente autonomo</td> <td>B1 Utente autonomo</td> <td>B1 Utente autonomo</td> <td>A2</td> <td>Utente base</td> </tr> </tbody> </table>	Comprensione		Parlato		Scritto		Ascolto	Lettura	Interazione orale	Produzione orale			B1 Utente autonomo	B1 Utente autonomo	B1 Utente autonomo	B1 Utente autonomo	A2	Utente base	
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		<ul style="list-style-type: none"> • 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