

# CURRICULUM VITAE

## INFORMAZIONI PERSONALI

Nome Paolo  
Cognome Visintainer  
Indirizzo  
Cellulare  
E-mail  
Nazionalità italiana  
Luogo e data di nascita Bolzano, 21 febbraio 1969  
Sess  
Stato Civile

## ESPERIENZA PROFESSIONALE

Date (Da – A) 19 Ago 2015 - tutt'oggi  
O posto occupato Preparatore atletico Volley  
Datore di lavoro A.S.D. NERUDA VOLLEY Bronzolo  
Tipo di attività Preparatore atletico  
Città Bronzolo (BZ)  
Nazione ITALIA  
Attività e responsabilità Mi sono occupato della preparazione atletica della squadra femminile di serie A 1 nel corso della stagione 2015-2016. Attualmente svolgo analogha mansione di preparatore atletico per la seconda squadra che partecipa al campionato di serie B 2 2016-2017

Date (Da – A) 01 Ago 2015 - a tutt'oggi  
O posto occupato Preparatore atletico  
Datore di lavoro TENNIS CLUB KALTERN / CALDARO  
Tipo di attività Preparatore atletico  
Città Caldaro (BZ)  
Nazione ITALIA  
Attività e responsabilità Preparatore atletico categorie giovanili

Date (Da – A) 01 Mag 2013 - a tutt'oggi  
O posto occupato Personal Trainer libero professionista

Datore di lavoro Personal Trainer free lance : sviluppo protocolli di allenamento per il benessere (dimagrimento,tonificazione) e la performance,con consulenza alimentare e verifica obiettivi periodica.  
Mi occupo anche di recupero funzionale e collaboro con vari fisioterapisti ed osteopati

Città Bolzano  
Nazione ITALIA

## INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

Date (da - a) 01 Nov 1991 - 23 Nov 1995  
Nome e tipo di istituto di istruzione e formazione Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano,sezione di Brescia  
Titolo della qualifica rilasciata Diploma con Lode in Educazione Fisica ISEF  
Città Brescia  
Nazione Italia

Date (da - a) 01 Set 1982 - 15 Lug 1987  
Nome e tipo di istituto di istruzione e formazione Liceo scientifico "E.Torricelli"  
Titolo della qualifica rilasciata Diploma di Maturità scientifica  
Città Bolzano  
Nazione Italia

## FORMAZIONE SUPPLEMENTARE

Data 23 Gen 2016  
Nome Preparatore fisico di 1°livello  
Posizione Federazione Italiana Tennis,Vicenza

Data 29 dicembre 2014  
Nome Operatore OMNIA Technogym  
Posizione Bolzano

Data 21 giugno 2012  
Nome Funzional training Instructor  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Ravenna

Data 20 ottobre 2011  
Nome Fitness Convention  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Cervia (RA)

Data luglio 2011  
Nome Master in Sport Management Gestore di Centri fitness

Posizione Federazione Italiana Fitness,Ravenna

Data ottobre 2010  
Nome Personal Trainer Convention  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Cervinara (RA)

Data luglio 2010  
Nome Certificazione di Istruttore di Kettlebells 1°livello  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Ravenna

Data giugno 2009  
Nome Corso base di Istruttore di TRX  
Posizione TRX ITALIA,Fossano (CN)

Data giugno 2009  
Nome Master in Postura e Propriocettività  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Bentivoglio (BO)

Data 10 luglio 2008  
Nome Master in Allenamenti al Femminile  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Ravenna

Data maggio 2007  
Nome Certificazione di Educatore Alimentare  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Vicenza-Ravenna

Data marzo 2007-gennaio 2009  
Nome Docente di Attività Motoria al Corso di OPERATORE WELLNESS,operatore professionale all'interno di Centri benessere  
Posizione Provincia Autonoma di Bolzano in collaborazione con l'Università Popolare delle Alpi Dolomitiche,UPAD

Data luglio 2006  
Nome Master in Tecniche di Allenamento per l'Ipertrofia Muscolare  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Ravenna

Data agosto 2005  
Nome Master in Supplementazione (Integrazione)  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Ravenna

Data luglio 2005  
Nome Master in Alimentazione  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Ravenna

Data luglio 2004  
Nome Master in Recupero funzionale di Spalla,Ginocchio e Caviglia  
Posizione Federazione Italiana Fitness,Ravenna

Data 11 Mag 2003

Nome	Istruttore di Body Building 1°livello
Posizione	Federazione Italiana Fitness,Bolzano
Data	marzo 2003
Nome	Master in Allenamento di Naturale Bodybuilding
Posizione	Federazione Italiana Fitness,Vicenza
Data	ottobre 2002
Nome	Personal Trainer Convention
Posizione	Federazione Italiana Fitness,Bologna
Data	16 Lug 2002
Nome	Certificazione di Personal Trainer
Posizione	Federazione Italiana Fitness,Milano Assago,Forum

## COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre	Italiano
Patente di guida	B1

## INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

ONE 2 ONE :fisio-fitness-personal training and WELLNESS SPA

Socio proprietario e fondatore del Centro Fitness ONE 2 ONE di Gattinara (VC),dal 12 settembre 2008,fino all'aprile 2013,nel quale ho svolto la mansione di Direttore Tecnico e Personal Trainer : aggiornamento e formazione tecnica dei dipendenti; organizzazione del palinsesto orario dei dipendenti ( 4 Personal Trainer oltre al sottoscritto,1 fisioterapista, 4 istruttori di sala,5 istruttori di corsi musicali); organizzazione delle fitness check e dei protocolli di allenamento per tonificazione,dimagrimento,fitness funzionale e recupero funzionale

Servizio militare svolto dal 18 maggio 1994 al 5 maggio 1995

Preparatore atletico della Squadra Nazionale Militare di Hockey su Ghiaccio  
Allenatore Plotone Atleti della Compagnia Alpini Paracadutisti "Monte Cervino" di stanza ad Appiano (Bz)  
Risultati : 2°posto al torneo Internazionale di Briançon(Francia)  
1°posto alla gara di marcia Internazionale "8th Capena March-8ste Kaapse Mars" 4-5 novembre 1994,svolta a Cape Town,Repubblica. Sudafricana

CENTRO TENNIS USSA

Preparatore atletico dal giugno 1999 all'agosto 2004

Centro Fitness "XXL" di Arona (NO),dal 1°settembre 2004 al 15 luglio 2005

Personal Trainer,Istruttore di Sala,Istruttore Gravity GTS,fino al luglio 2005

"L'Incontro,sport e benessere",centro sportivo di Romagnano Sesia(NO),dal settembre 2004 al luglio 2008	Personal Trainer e Personal Coach
TENNIS CLUB KALTERN	Preparatore atletico categorie giovanili a tutt'oggi
TENNIS CLUB BOLZANO	Preparatore atletico categorie giovanili,fino all'aprile 2015
A.S.D.VIRTUS DON BOSCO / VIRTUS BOLZANO	Preparatore atletico prima squadra,campionato di Promozione regionale 2013-2014 Preparatore atletico squadra juniores regionale,campionato juniores regionale 2014-2014 Preparatore atletico prima squadra,campionato di Eccellenza regionale 2014-2015,dal 10 aprile 2015 al termine (2 maggio 2015) Preparatore atletico prima squadra,campionato di Eccellenza regionale 2015-2016, dal 20 luglio 2015 al 12 ottobre 2015
Personal Trainer free lance	Mi sono specializzato nella realizzazione di protocolli di allenamento a corpo libero e all'aria aperta,con consigli alimentari per il benessere o il dimagrimento o il potenziamento,nonché mi occupo di recupero funzionale e collaboro con vari fisioterapisti di Bolzano
Comitato Provinciale di Bolzano FEDERAZIONE ITALIANA GIOCO CALCIO F.I.G.C.	Preparatore atletico della rappresentativa della Provincia Autonoma di Bolzano al Torneo Nazionale "Trofeo delle Regioni",Calabria 30 maggio-7 giugno 2016 ed al "Torneo EGREGIO 2016"Javrè (TN) 17-18 giugno 2016