

FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE



Bologna,06/10/2022

INFORMAZIONI PERSONALI

Nome

**SIMONE VIGNUDELLI**

E-mail

Nazionalità

Italiana

Data di nascita

Diplomi, Patentini e Brevetti

Diploma di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dell'Attività Sportiva conseguito presso l'Alma Mater Studiorum Università di Bologna.

In possesso di patentino Preparatore Atletico Professionista (Coverciano, 2018), patentino UEFA B (Bologna, 2016), Corso CONI-FIGC (Bologna, 2012) e Milan Academy Entry Level (Milano, 2015).

Attestati rilasciati dai corsi di aggiornamento obbligatori (FIGC 2020, 2021, 2022) e da corsi di aggiornamento personali (ASA FOOTBALL CLINIC 2020, 2021 e 2022 Corso GPS 2019).

In possesso di Patente B e automunito.

Disponibile ad un trasferimento all'estero.

## ESPERIENZA LAVORATIVA

- **Date (da – a)** Da Settembre 2021 ad ora.
- **Nome e indirizzo del datore di lavoro** Scienze delle Attività Motorie e Sportive presso Alma Mater Studiorum, Università di Bologna, via Zamboni 33, 40126 Bologna (BO)
- **Tipo di azienda o settore** Università di Bologna.
- **Tipo di impiego** Tutor Universitario di Teoria e Didattica degli Sport di Squadra (Modulo CALCIO).
- **Principali mansioni e responsabilità**

Preparazione e svolgimento delle lezioni pratiche, proposte agli studenti sul campo tramite il percorso di esercitazioni universitarie.  
Spiegazione dei fondamentali tecnici del gioco del calcio e dei principi tattici, applicati dagli studenti in prima persona all'interno delle singole lezioni.  
Analisi e spiegazione del modello di prestazione del gioco del calcio e dei diversi metodi da applicare per l'insegnamento dei fondamentali.  
Preparazione e svolgimento degli esami di fine corso e valutazione dei praticanti.
- **Date (da – a)** Da Luglio 2022 ad ora.
- **Nome e indirizzo del datore di lavoro** U.S. Sassuolo Calcio s.r.l, via Giorgio Squinzi 1, 41049 Sassuolo (MO).
- **Tipo di azienda o settore** Società calcistica professionistica.
- **Tipo di impiego** Preparatore Atletico Prima Squadra femminile, militante nel Campionato di Serie A Tim.
- **Principali mansioni e responsabilità**

Responsabile della parte atletica delle giocatrici professioniste della società. Responsabile del percorso di riabilitazione delle atlete che necessitano di allenamenti personalizzati in seguito ad infortuni.  
Il ruolo ricoperto implica conoscenze avanzate in termini di programmazione e metodologie per una ottimale pianificazione dei carichi di lavoro all'interno dei microcicli e dei mesocicli di allenamento.  
Collaborazione continua e confronto giornaliero con l'allenatore e con lo staff per la formazione delle singole sedute di allenamento.  
Controllo giornaliero del carico interno ed esterno, attraverso la scala RPE CR10 Borg e la scala TQR e attraverso l'utilizzo dei GPS.  
Programmazione di test condizionali ad inizio stagione, con la possibilità di ripeterli sistematicamente durante la stagione, per valutare i punti di forza ed i punti di lavoro della squadra e delle singole giocatrici.

• <b>Date (da – a)</b>	Da Luglio 2020 a Maggio 2022.
• <b>Nome e indirizzo del datore di lavoro</b>	S.C.D. Progresso Calcio, via Lirone 44, Castelmaggiore (BO).
• <b>Tipo di azienda o settore</b>	Società calcistica semi-professionistica, militante nel campionato di Serie D, girone D.
• <b>Tipo di impiego</b>	Preparatore Atletico e vice allenatore della Prima Squadra militante in Serie D Nazionale.
• <b>Principali mansioni e responsabilità</b>	<p>Responsabile della parte atletica dei giocatori tesserati, responsabile del percorso di riabilitazione dei calciatori in seguito agli infortuni. Il ruolo ricoperto implica conoscenze avanzate in termini di programmazione e metodologie per una ottimale pianificazione dei carichi di lavoro all'interno dei microcicli e dei mesocicli di allenamento.</p> <p>Collaborazione continua e confronto giornaliero con l'allenatore e con lo staff per la formazione delle singole sedute di allenamento.</p> <p>Controllo giornaliero del carico interno ed esterno attraverso la scala RPE CR10 Borg e la scala TQR e attraverso l'utilizzo dei GPS.</p> <p>Programmazione di test condizionali ad inizio stagione, con la possibilità di ripeterli sistematicamente durante la stagione, per valutare i punti di forza ed i punti di lavoro dei giocatori.</p>
• <b>Date (da – a)</b>	Da Marzo 2019 a Maggio 2019.
• <b>Nome e indirizzo del datore di lavoro</b>	Imolese calcio 1919, Via Salvo D'Acquisto, Imola (BO).
• <b>Tipo di azienda o settore</b>	Società calcistica professionistica, militante nel girone B del campionato nazionale di Lega Pro.
• <b>Tipo di impiego</b>	Preparatore Atletico della Prima Squadra.
• <b>Principali mansioni e responsabilità</b>	<p>Responsabile della parte atletica dei giocatori tesserati, responsabile del percorso di riabilitazione dei calciatori in seguito agli infortuni. Il ruolo ricoperto implica conoscenze avanzate in termini di programmazione e metodologie per una ottimale pianificazione dei carichi di lavoro all'interno dei microcicli e dei mesocicli di allenamento.</p> <p>Collaborazione continua e confronto giornaliero con l'allenatore e con lo staff per la formazione delle singole sedute di allenamento.</p> <p>Controllo giornaliero del carico interno ed esterno attraverso la scala RPE CR10 Borg e la scala TQR e attraverso l'utilizzo dei GPS.</p> <p>Programmazione di test condizionali ad inizio stagione, con la possibilità di ripeterli sistematicamente durante la stagione, per valutare i punti di forza ed i punti di lavoro dei singoli giocatori e della squadra.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Date (da – a)</b></li> <li>• <b>Nome e indirizzo del datore di lavoro</b></li> </ul>	<p>Da Luglio 2018 ad Agosto 2019.</p> <p>S.S.D. Axys Zola, via Gesso 26, Zola Predosa (BO).</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo di azienda o settore</b></li> <li>• <b>Tipo di impiego</b></li> </ul>	<p>Società calcistica semi-professionistica militante nel Campionato Nazionale di Serie D, girone D.</p> <p>Preparatore Atletico e vice allenatore della Prima Squadra militante in Serie D Nazionale.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Principali mansioni e responsabilità</b></li> </ul>	<p>Responsabile della parte atletica dei giocatori tesserati, responsabile del percorso di riabilitazione dei calciatori in seguito agli infortuni. Il ruolo ricoperto implica conoscenze avanzate in termini di programmazione e metodologie per una ottimale pianificazione dei carichi di lavoro all'interno dei microcicli e dei mesocicli di allenamento.</p> <p>Collaborazione continua e confronto giornaliero con l'allenatore e con lo staff per la formazione delle singole sedute di allenamento.</p> <p>Controllo giornaliero del carico attraverso la scala RPE CR10 Borg e la scala TQR e attraverso l'utilizzo dei GPS.</p> <p>Programmazione di test condizionali ad inizio stagione, con la possibilità di ripeterli sistematicamente durante la stagione, per valutare i punti di forza ed i punti di lavoro dei singoli giocatori e della squadra.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Date (da – a)</b></li> <li>• <b>Nome e indirizzo del datore di lavoro</b></li> </ul>	<p>Da Luglio 2017 a Maggio 2018.</p> <p>Imolese calcio 1919, Via Salvo D'Acquisto, Imola (BO).</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo di azienda o settore</b></li> <li>• <b>Tipo di impiego</b></li> </ul>	<p>Società calcistica professionistica.</p> <p>Preparatore Atletico della squadra Allievi Under 17.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Principali mansioni e responsabilità</b></li> </ul>	<p>Responsabile della parte atletica dei giocatori tesserati, responsabile del percorso di riabilitazione dei calciatori in seguito agli infortuni. Il ruolo ricoperto implica conoscenze avanzate in termini di programmazione e metodologie per una ottimale pianificazione dei carichi di lavoro all'interno dei microcicli e dei mesocicli di allenamento.</p> <p>Collaborazione continua e confronto giornaliero con l'allenatore e con lo staff per la formazione delle singole sedute di allenamento.</p> <p>Controllo giornaliero del carico attraverso la scala RPE CR10 Borg.</p> <p>Programmazione di test condizionali ad inizio stagione, con la possibilità di ripeterli sistematicamente durante la stagione, per valutare i punti di forza ed i punti di lavoro dei giocatori.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Date (da – a)</b></li> </ul>	Agosto 2017, Giugno e Luglio 2018.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Nome e indirizzo del datore di lavoro</b></li> </ul>	FC Juventus.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo di azienda o settore</b></li> </ul>	Società calcistica professionistica.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo di impiego</b></li> </ul>	Allenatore presso lo Juventus Official Summer Camp di Sestriere.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Principali mansioni e responsabilità</b></li> </ul>	Allenatore, educatore ed organizzatore di sessioni di allenamento e di attività extra durante il camp ufficiale di Juventus, per i ragazzi dai 10 ai 13 anni, iscritti al camp estivo.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Date (da – a)</b></li> </ul>	Settembre 2015 a Giugno 2017.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Nome e indirizzo del datore di lavoro</b></li> </ul>	Imolese calcio 1919, Via Salvo D'Acquisto, Imola (BO).
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo di azienda o settore</b></li> </ul>	Società calcistica professionistica.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo di impiego</b></li> </ul>	Responsabile delle metodologie di allenamento dal primo anno Piccoli Amici ad ultimo anno Pulcini (da U5 ad U11) e allenatore della squadra U9.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Principali mansioni e responsabilità</b></li> </ul>	Delineazione di obiettivi tecnici trasversali e specifici all'interno delle singole annate, formazione degli allenatori ed organizzazione continua di incontri di programmazione e di condivisione degli obiettivi.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Date (da – a)</b></li> </ul>	Giugno 2017, Giugno 2016, Giugno e Luglio 2015.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Nome e indirizzo del datore di lavoro</b></li> </ul>	Augere Academy S.S.D.ARL, via Corsica 10, 40135 Bologna (BO).
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo di azienda o settore</b></li> </ul>	Organizzatore di eventi e partner di AC Milan per l'organizzazione dei Milan Camp.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo di impiego</b></li> </ul>	Allenatore presso i Milan Summer Camp di Losanna (CH), Saint Moritz (CH), Ginevra (CH), Formigine (IT).
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Principali mansioni e responsabilità</b></li> </ul>	Allenatore, educatore ed organizzatore delle sessioni di allenamento e di attività extra durante il camp ufficiale di Milan, per i ragazzi dai 7 ai 13 anni, iscritti al camp estivo.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- **Date (da – a)** Dal 2010 al 2015.
- **Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione** Scienze Motorie presso l'Alma Mater Studiorum, Università di Bologna.
- **Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio** Teoria e Metodologia dell'allenamento, Teoria e Didattica del gioco del Calcio, Psicologia Generale, Pedagogia Generale e del Gioco, Fisiologia degli Organi e dell'Esercizio Fisico, Fitness e Farmacologia ed Anatomia umana.
- **Qualifica conseguita** Laurea Magistrale, con la valutazione di 110 Con Lode.
- **Argomento della tesi** Argomento di TESI TRIENNALE: Il Kettlebell nella preparazione fisica degli sport individuali.  
Argomento di TESI MAGISTRALE: l'influenza della rapidità e delle capacità coordinative durante l'esecuzione di uno sprint massimale di 30 metri nei giovani calciatori.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- **Date (da – a)** Dal 2004 al 2009.
- **Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione** Liceo Scientifico Giordano Bruno, viale I Maggio, 5, 40054 Budrio (BO).
- **Qualifica conseguita** Diploma di Licenza Superiore.

## CAPACITÀ E COMPETENZE

### PERSONALI

*Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.*

### MADRELINGUA

Italiana

### ALTRE LINGUE

- **Capacità di lettura** Inglese e Francese, livello B1  
Buona
- **Capacità di scrittura** Buona
- **Capacità di espressione orale** Buona



CAPACITÀ E COMPETENZE  
RELAZIONALI

*Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.*

CAPACITÀ E COMPETENZE  
ORGANIZZATIVE

*Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.*

CAPACITÀ E COMPETENZE  
TECNICHE

*Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.*

Predisposizione al lavoro in team e capacità di confronto e di relazione con l'allenatore e con gli altri membri dello Staff e con i dirigenti della società.

Rispetto dei ruoli, con totale consapevolezza dei campi di operazione della mia attività lavorativa.

Capacità di rapido adattamento alle nuove esperienze, grazie alla propensione nell'affrontare le novità con entusiasmo. Questa attitudine porta anche ad inserirsi più agevolmente all'interno di un gruppo di lavoro.

Ottimo utilizzo dei differenti registri di linguaggio. Questo permette di potersi relazionare al meglio con i giocatori, con l'allenatore e lo Staff tecnico ma anche con i dirigenti societari.

Ottime capacità di problem solving, messe in pratica durante la programmazione continua dei carichi di lavoro all'interno dei microcicli. Rapido apprendimento e svolgimento di una mansione assegnata.

Predisposizione e volontà al continuo aggiornamento nel proprio settore, attraverso la partecipazione a corsi ed a webinar.

Attività di volontariato: adozione a distanza di un bambino ugandese, attraverso la ONG Avsi-Uganda.

Buona conoscenza di Microsoft Office Word, Excel e PowerPoint.

Utilizzo giornaliero di Internet, Social Networks e posta elettronica.

Utilizzo della piattaforma Kfitness per l'elaborazione dei dati GPS, raccolti giornalmente durante le singole sedute di allenamento.

*Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Dlgs 196 del 30 giugno 2003.*

**Simone Vignudelli**