



## Curriculum vitae

## Europass

### Informazioni Personali

Nome / Cognome	<b>Oscar Piergallini</b>
Indirizzo	269, A. DE GASPERI 63076, MONTEPRANDONE (AP), ITALY
Telefono	Mobile +39 3294439922
E-mail	oscarpiergallini@gmail.com
	Pec
Cittadinanza	Italiana
Data di nascita	11/11/1974
Sesso	MASCHIO

### Esperienze Professionali

- 2021/2022 Docente di Scienze Motorie IPSIA “A. Guastaferrò” di San Benedetto del Tronto.

Preparatore atletico stagione 2020/2021; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per resistenza e allenamento della forza; prevenzione e recupero dagli infortuni SAMBENEDETTESSE Calcio Lega Pro Campionato di Calcio Girone B (con il mister Paolo Montero);

• Anno Scolastico 2019/2020 Docente di Scienze Motorie Liceo Scientifico “B. Rossetti "e IPSIA" A. Guastaferrò” di San Benedetto del Tronto Anno Scolastico.

• Preparatore atletico 2019/2020; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per resistenza e allenamento della forza; prevenzione e recupero dagli infortuni RIETI Calcio Campionato Lega Pro Girone C (con il mister Roberto Beni);

• Anno Scolastico 2018/2019 Docente di Scienze Motorie IPSIA " A. Guastaferrò” di San Benedetto del Tronto.

• Preparatore atletico stagione 2018/2019; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per resistenza e allenamento della forza; prevenzione e recupero dagli infortuni JESINA Calcio Nazionale di Calcio Campionato Serie D Girone F (con il Sig. Davide Ciampelli);

• Anno Scolastico 2017/2018 Docente di Scienze Motorie Liceo Scientifico “B. Rossetti "e IPSIA" A. Guastaferrò” di San Benedetto del Tronto Anno Scolastico.

• 2016/2017 Docente di Scienze Motorie IPSIA “A. Guastaferrò” di San Benedetto del Tronto.

• Preparatore atletico 2016/2017; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per resistenza e allenamento della forza; prevenzione e recupero dagli infortuni FOLGORE Montegrano Calcio Campionato di Calcio Serie D Girone F;

• Anno scolastico 2015/2016 Insegnante di sostegno ISTITUTO COMPRENSIVO GIOVANNI XXIII PINETO (TE) SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO.

- Anno 2015/2016 Lavoro o incarichi ricoperti PREPARATORE ATLETICA COSENZA CALCIO Principali attività RESPONSABILE DELLA PREPARAZIONE ATLETICA PRIMA SQUADRA; MISURA E METODI DI ALLENAMENTO RESISTENZA E FORZA; Nome e indirizzo del datore di lavoro COSENZA CALCIO, LEGA PRO GIRONE C (con mister Cappellacci).

- NOVEMBRE 2013 Associato di ricerca sportiva applicata presso il POLO ANALISI DELLE RETI INGEGNERIA SOCIALE presso il Dipartimento di Lettere, Arti e Scienze Sociali dell'Università Statale D'Annunzio di Chieti e Pescara

- 16 MARZO - 30 GIUGNO 2013 Allenatore: Responsabile della preparazione atletica della Prima Squadra, misure per l'allenamento di resistenza e forza Reggina Calcio S.P.A., vittoria Serie B (con il mister Giuseppe Pillon), via delle Industrie. Centro Sportivo S. Agata, 89132, Reggio Calabria.

Stagione 2011/2012, Preparatore atletico; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza; FC LUGANO CHALLENGE LEAGUE SVIZZERA, Stadio Cornaredo Via Trevano 100, 6900 LUGANO (con Alessandro Pane fino a settembre 2011 e con mister Francesco Moriero fino a fine stagione (GIUGNO 2012);

- Preparatore atletico stagione 2010/2011; Responsabile preparazione atletica di squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza Associazione Atletica LIVORNO CALCIO Serie BWIN Via Indipendenza 16, 57126 LIVORNO (con mister sig. Giuseppe Pillon)

- Preparatore atletico 2009/2010; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza ASCOLI F.C 1898 S.P.A. Serie BWIN, Via Vittorio Emanuele 21, 63100 ASCOLI PICENO (Con il Sig. Alessandro Pane fino a NOVEMBRE 2009, con il Sig. Giuseppe Pillon fino a fine stagione).

- Preparatore atletico 2009/2010; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza; prevenzione e recupero dagli infortuni: PINETO VOLLEY Serie A1 MASCHILE, Via Nazionale, 64024 PINETO;

- Professore di Scienze motorie stagione 2008/2009; Educare, attraverso il movimento, a sviluppare tutti i principali aspetti psico-fisici della persona (emotivi, sociali (relazioni), creativi, fisici, biologici, motori, cognitivi, ecc.). Insegnare il movimento, cercando di impartire saggezza sulle scienze motorie a agire come un arricchimento delle potenzialità dell'organismo; Istituto onnicomprensivo LA S. EGIDIO- ANCARANO, Piazza B. Croce 20 64016 SANT'EGIDIO ALLA VIBRATA (TE);

- Preparatore atletico 2008/2009; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza; prevenzione e recupero dagli infortuni: PESCARA F.C. 1936, LEGA PRO 1^ DIVISIONE, VIA Albegna, 65128 PESCARA (con mister Antonello Cuccureddu).

- Preparatore atletico 2008/2009; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza; prevenzione e recupero dagli infortuni PINETO VOLLEY Serie A1 MASCHILE, Via Nazionale, 64024 PINETO.

- Preparatore atletico 2007/2008; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza; prevenzione e recupero dagli infortuni RENATO CURI ANGOLANA F.C. Campionato Nazionale Dilettanti, Via Strada Giardino 2, CITTA' SANT'ANGELO PESCARA, (con il mister Augusto Gentilini);

Preparatore atletico 2007/2008; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza; prevenzione e recupero dagli infortuni PINETO VOLLEY Serie A1 MASCHILE, Via Nazionale, 64024 PINETO.

- Professore di Scienze motorie stagione 2006/2007; Educare, attraverso il movimento, a sviluppare tutti i principali aspetti psico-fisici della persona (emotivi, sociali (relazioni), creativi, fisici, biologici, motori, cognitivi, ecc.).

Insegnare il, cercando di impartire saggezza alle scienze motorie per agire come arricchimento delle potenzialità del corpo Istituto Comprensivo SAVINI-SAN GIUSEPPE DI TERAMO, VIA Pascoli 2, 64100 (TE) e Istituto Comprensivo TORRICELLA SICURA, Via Cesare Forcella 1, 64010 TORRICELLA SICURA (TE).

- Preparatore atletico 2006/2007; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza; prevenzione e recupero dagli infortuni RENATO CURI ANGOLANA F.C. Campionato Nazionale Dilettanti, Via Strada Giardino 2, CITTA' SANT'ANGELO PESCARA, (con il mister Augusto Gentilini);

- Preparatore atletico 2006/2007; Responsabile preparazione atletica Prima Squadra, misurazioni per allenamento di resistenza e forza; prevenzione e recupero dagli infortuni PINETO VOLLEY Serie A1 MASCHILE, Via Nazionale, 64024 PINETO.

- Professore di Scienze motorie stagione 2005/2006; Educare, attraverso il movimento, a sviluppare tutti i principali aspetti psico-fisici della persona (emotivi, sociali (relazioni), creativi, fisici, biologici, motori, cognitivi, ecc.).

Insegnare il movimento, cercando di impartire saggezza alle scienze motorie per agire come arricchimento delle potenzialità del corpo. Scuola Media CONVITTO NAZIONALE "M. DELFICO" DI TERAMO, Piazza Dante 18 TERAMO Istituto Comprensivo "F. ROMANI" DI ROSETO DEGLI ABRUZZI, Via Fonte dell'Olmo 56, 64026 ROSETO DEGLI ABRUZZI.

- Professore di Scienze motorie stagione 2004/2005; Educare, attraverso il movimento, a sviluppare tutti i principali aspetti psico-fisici della persona (emotivi, sociali (relazioni), creativi, fisici, biologici, motori, cognitivi, ecc.).

Insegnare il movimento, cercando di impartire saggezza alle scienze motorie per agire come arricchimento delle

potenzialità del corpo. Scuola Media CONVITTO NAZIONALE “M. DELFICO” DI TERAMO, Piazza Dante 18  
TERAMO;

- Preparatore atletico 2004/2005; Responsabile recupero infortuni, ASCOLI F.C 1898 S.P.A. Serie BWIN, Via Vittorio Emanuele 121, 6300 ASCOLI PICENO (con mister Marco Giampaolo).

- Stagione 2003/2004 Preparatore atletico Prima Squadra Responsabile preparazione atletica, misurazioni per l'allenamento di resistenza e forza; prevenzione e recupero dagli infortuni. ASD ALBA ADRIATICA FC, Campionato “ECCELLENZA” ABRUZZO, Via Gorizia 26, 64011 (TE) (con il mister Daniele Fani).

- Ruolo tecnico di riferimento del Personal Trainer Center stagione 2001/2003, con il compito di realizzare programmi di allenamento in base alle caratteristiche del cliente, seguendolo nel portare avanti il percorso fino al raggiungimento degli obiettivi prefissati. TONIC CLUB PORTO D'ASCOLI, Via Pasubio 83, 63037 S. BENEDETTO DEL TRONTO (AP).

- Preparatore atletico 2001/2002 Responsabile della preparazione atletica per Berretti, Allievi e Giovanissimi Nazionali, misurazioni per allenamento di resistenza e forza, prevenzione e recupero da infortuni GIULIANOVA F.C. Ramo Giovanile, Via Gramsci 51, 64021 GIULIANOVA (TE). Nello stesso anno esordio nel Campionato Nazionale Prima Squadra Serie “C”, ultime 3 gare del torneo (con mister Paolo Bordoni).

- Qualità Life Trainer stagione 1999/2001. Ruolo fondamentale di supporto al cliente, possedendo competenze centrali per la corretta e sicura esecuzione degli esercizi, guadagnandosi la fiducia del cliente ed incoraggiandolo all'acquisto dei servizi del centro SPORTING 2000 PALESTRA GIULIANOVA, Via G. Di Vittorio 64021 GIULIANOVA (TE).

Formazione Educativa e Professionale:

2021 PREPARATORE ATLETICO FEDERAZIONE ITALIANA TENNIS SECONDO LIVELLO

2020 PREPARATORE ATLETICO FEDERAZIONE ITALIANA TENNIS PRIMO LIVELLO

2011

PREPARATORE ATLETICO PROFESSIONISTA UEFA COVERCIANO FIGC

2011

FORMAZIONE DI BASE ALLENAMENTO UEFA B LIVORNO

1997

ISTRUTTORE DI NUOTO FINO AL 1° LIVELLO (numero tessera: 00490)

FIN L'AQUILA

1996

DIPLOMA ASSISTENTE ALLENATORE DELLA SQUADRA DI CALCIO GIOVANI (codice FIGC: 39624)

FIGC L'AQUILA

1999

ALLIEVO ALLENATORE FIPAV COACHING (DIPLOMA N° 84292)

FIPAV TERAMO

2001

ALLENATORE DI PALLAVOLO DI 1° GRADO

FIPAV ASCOLI PICENO

2003

ALLENATORE DI PALLAVOLO DI 2° GRADO

FIPAV CHIETI

giugno 2006

ALLENATORE DI PALLAVOLO DI 3° GRADO

FILIALE CQN NORCIA

giugno 2006

PREPARATORE ATLETICO – SQUADRA DI PALLAVOLO

FILIALE CQN NORCIA

1998

ISTRUTTORE DI BASEBALL E SOFTBALL

COMITATO REGIONALE ABRUZZO-MOLISE

1997

DIPLOMA DI ISTRUTTORE DI MINIBASKET (TESSERA N°13997)

COMITATO PROVINCIALE FIP TERAMO

DIPLOMA

20 luglio 1994

DIPLOMA TECNICO ATTIVITA' ALBERGHIERA

IPSSAR S. BENEDETTO DEL TRONTO (AP)

12 luglio 1999

DIPLOMA ISEF

ISTITUTO SUPERIORE DI EDUCAZIONE FISICA L'AQUILA (AQ)

10/07/2002

LAUREA IN SCIENZE DELLO SPORT (Classe di Laurea in Scienze Motorie e Sportive ai sensi del D.M.

04/08/2000) Nuovo Percorso Formativo

UNIVERSITÀ STATALE “G. D'ANNUNZIO” DI CHIETI E PESCARA



#### CORSI PERFEZIONAMENTO IN:

- CHINESIOLOGIA PRESSO LA FACOLTA' DI MEDICINA E CHIRURGIA DELL'UNIVERSITA' DEGLI STUDI "G. D'ANNUNZIO" DI CHIETI E PESCARA NELL'A.A. 1999/2000
- CHINESIOLOGIA RIEDUCATIVA PRESSO LA FACOLTA' DI MEDICINA E CHIRURGIA DELL'UNIVERSITA' DEGLI STUDI "G. D'ANNUNZIO" DI CHIETI E PESCARA NELL'A.A.2000/2001
- CORSO DI SPECIALIZZAZIONE ALL'INSEGNAMENTO SECONDARIO (SISS) INIZIATO NELL'OTTOBRE 1999 E TERMINATO IL 26 LUGLIO 2001 PRESSO LA FACOLTA' DI MEDICINA E CHIRURGIA DELL'UNIVERSITA' DEGLI STUDI "G. D'ANNUNZIO" DI CHIETI E PESCARA

#### Capacità e competenze personali

Madrelingua(e)	<b>Italiano</b>				
Altra(e) lingua(e)					
Autovalutazione	<b>Comprensione</b>		<b>Parlat o</b>		<b>Scritt o</b>
<i>Livello europeo (*)</i>	<b>Ascolto</b>	<b>Lettur a</b>	<b>Interazione Orale</b>	<b>Produzione Orale</b>	
<b>Inglese</b>	<i>B</i> <i>2</i>	<i>C1</i>	<i>B2</i>	<i>B</i> <i>1</i>	<i>B2</i>
<b>Tedesco</b>	<i>A</i> <i>2</i>	<i>B1</i>	<i>A2</i>	<i>A</i> <i>2</i>	<i>B1</i>
<b>Francese</b>	<i>A</i> <i>2</i>	<i>B1</i>	<i>A2</i>	<i>A</i> <i>2</i>	<i>B1</i>

Capacità e competenze relazionali

Capacità di lavorare in team ed in sinergia con gli staff tecnici e societari con i quali ho avuto la fortuna di collaborare negli oltre 17 anni di carriera come preparatore atletico sia in squadre di calcio a livello professionistico, sia nella pallavolo maschile serie A1 e A2. Mia responsabilità è stata sempre la scelta dei programmi di lavoro, mezzi e metodi per raggiungerli, facendo massima attenzione ad attuare la strategia più idonea per la gestione del team e dei suoi equilibri;

capacità di lavorare in equipe e sinergia con gli staff sanitari di società professionistiche di calcio e pallavolo, dai quali ho potuto apprendere nuove e importanti nozioni riguardanti la gestione e cura dell'atleta infortunato di alto livello; spiccato senso di empatia con l'atleta infortunato di alto livello, negli anni in cui ho ricoperto il ruolo di addetto alla rieducazione funzionale, ottenendo ottimi risultati sia dal punto di vista fisico-atletico che dei rapporti interpersonali.

Capacità e competenze organizzative Presidente per dieci anni dell'A.S.D. arcobaleno Martinsicuro (TE) con oltre 150 iscritti nelle attività sportive di pallacanestro e pallavolo a partire dai 5 anni con attività ludico sportiva fino ad arrivare ai

Campionati regionali Fipav e Fip in età adulta. Organizzazione in sinergia con l'amministrazione comunale riguardo agli orari per le attività in oggetto all'interno delle strutture sportive quali palazzetto dello sport e palestre scolastiche;

Rapporti di collaborazione con le altre società sportive del territorio in occasione di giornate dedicate all'aspetto ludico o per la promozione delle attività sportive all'interno della scuola primaria e secondaria di primo grado;

Organizzazione delle attività, programmi e orari all'interno delle strutture per tutti gli istruttori e allenatori delle oltre 14 squadre della suddetta associazione;

Organizzazione di camp estivi della durata di sette giorni con oltre 100 iscritti coordinando la completa sistemazione all'interno della struttura ricettiva e tutte le attività ludico-sportive nel corso dell'intera settimana;

Capacità e competenze tecniche ed informatiche ESECUTORE BLSA" RIANIMAZIONE CARDIOPOLMARE DI BASE E DEFRIBILLAZIONE PRECOCE PER LA COMUNITA'; ATTESTATO DELL' ITALIAN RESUSCITATION COUNCIL N° 88308 LIVORNO 15/2/2011

UTILIZZO E CONOSCENZA DELLE ATTREZZATURE RIGUARDANTI L'ESECUZIONE

DEI TEST DI VALUTAZIONE FUNZIONALE NEGLI ATLETI DI ALTO LIVELLO: GLOBUS REAL POWER PER SISTEMA DI VALUTAZIONE SPORTIVA E RIABILITATIVA; PEDANA DI BOSCO GLOBUS CON SISTEMA ERGOSYSTEM; MONITOR LACTATE PRO ARKRAY PER MISURAZIONE DEL LATTATO; PLICOMETRO MECCANICO GIMA PER MISURAZIONE BMI; GPS A 15 HZ CARDIFREQUENZIMETRO; ACCELEROMETRO TRIASSIALE; CELLE DI CARICO PER ANALISI

DELLA FORZA; GPS GARMIN CON CARDIOFREQUENZIMETRO; SISTEMI PER L'ANALISI DELLA VARIABILITA' CARDIACA; FOTOCELLULE; ELETTROMIOGRAFO IN WIFI PER LA VISUALIZZAZIONE IMMEDIATA DEL LAVORO MUSCOLARE.

Conoscenza ed utilizzo dei software più comuni quali Windows, Office, Outlook.

Patente B

Sport & Hobby: appassionato di qualsiasi tipo di sport; in passato come calciatore dilettante nelle categorie Eccellenza e Promozione; attualmente corridore su strada competitivo, ciclista e nuotatore amatoriale. L'hobby principale è l'agricoltura: produzione di olio extravergine di oliva e miele per uso personale.