

Nicola Placentino

Data di nascita: 19/05/1966

Luogo di nascita: SAN GIOVANNI ROTONDO, Italia

Nazionalità: Italiana

Sesso: Maschile

CONTATTI

Via Paolo VI,4
71013 San Giovanni Rotondo, Italia **(Abitazione)**

nickflash1966@gmail.com

(+39) 3332757099

europass

PRESENTAZIONE

Mi chiamo Nicola, ho 60 anni e il mio sport principale è la Corsa. Pratico questo sport in maniera assidua dal 2008 come Atleta FIDAL Master, ho preso parte a diverse competizioni sia Stadia sulle distanze dei 1500 e 5000 metri, sia NO Stadia sulle distanze dei 10000, 21.097, 42,195 e a diversi Trail su distanze diverse. Maratoneta 10 volte: Roma, Venezia, Firenze, Praga, Berlino, Parigi, Barcellona, Treviso, New York e Stoccolma. Oltre alla Corsa, Frequento dalle tre alle quattro volte la settima Corsi di TRX e Functional Training. Appassionato di Trekking e OCR.
Nello sport oggi rappresento come Presidente una A.S.D. di Atletica Leggera in carica dal 2014, sono, dall'ottobre 2023, Responsabile del Settore Giovanile della Scuola di Avviamento all'Atletica Leggera e Istruttore FIDAL di 1^ Livello.
Dall'ottobre del 2022 al maggio 2023 ho frequentato il Corso di Istruttore di 1^ Livello indetto dalla C.R. FIDAL PUGLIA, successivamente ho partecipato a diversi Webinar Formativi per Tecnici FIDAL, ho frequentato e ottenuto nel dicembre 2023 la qualifica di Giudice di Gara Ausiliario. Da ottobre al 31 marzo sono stato impegnato come Tecnico nel Progetto Porte Aperte allo Sport somministrato da Sport e Salute S.p.A., dove per 48 ore ho portato l'atletica Leggera in due Istituti Comprensivi coinvolgendo 10 classi di Prima Media e una classe di 3 elementare.
In passato ho praticato come amatore ciclismo su strada e MTB per circa 10 anni, Frequentato un corso di Speleologia di 1^ Livello e partecipato a diverse uscite con discese in grotte regionali.
I miei obiettivi futuri sono rivolti a implementare le conoscenze professionali nelle attività Coach, di Allenatore di Atletica Leggera e diffondere la passione per lo Sport, la dedizione, il lavoro di squadra, la resilienza. La competizione vista come motivo di crescita sportiva.

ESPERIENZA LAVORATIVA

ASD ATLETICA PADRE PIO SGR SAN GIOVANNI ROTONDO, Italia

Istruttore FIDAL Scuola di Avviamento all'Atletica Leggera: KIDS IN MOVIMENTO: L'ATLETICA CHE CRESCE CON TE!

03/09/2025 – Attuale

- Promozione Atletica Leggera tra i ragazzi dai 6 ai 17 anni
- Esercizi propedeutici alle attività della Corsa, Salto in Alto, Salto in Lungo, Ostacoli
- Utilizzo di Circuiti Multidisciplinari

ASD ATLETICA PADRE PIO SGR SAN GIOVANNI ROTONDO, Italia

Istruttore FIDAL Scuola di Avviamento all'Atletica Leggera: KIDS IN ATLETICA: CORRI,SALTA E CRESCI

03/09/2024 – 30/06/2025

- Promozione Atletica Leggera tra i ragazzi dai 6 ai 17 anni
- Esercizi propedeutici alle attività della Corsa, Salto in Alto, Salto in Lungo, Ostacoli
- Utilizzo di Circuiti Multidisciplinari

ASD ATLETICA PADRE PIO SGR SAN GIOVANNI ROTONDO, Italia

Istruttore FIDAL Scuola di Avviamento all'Atletica Leggera: KIDS ATLETICS E LE FASI DELLO SVILUPPO DELL'ATLETA

03/10/2023 – 30/06/2024

- Promozione Atletica Leggera tra i ragazzi dai 6 ai 17 anni
- Esercizi propedeutici alle attività della Corsa, Salto in Alto, Salto in Lungo, Ostacoli
- Utilizzo di Circuiti Multidisciplinari

ASD Atletica Padre Pio S.G.R. San Giovanni Rotondo, Italia

Progetto Porte Aperte allo Sport
03/10/2023 – 31/03/2024
Istruttore incaricato al progetto
24 ore di Attività di Atletica Presso l'Istituto Comprensivo Pascoli-Forgione di San Giovanni Rotondo
24 ore di Attività di Atletica Presso l'Istituto Comprensivo Giordani - DeSanctis di Manfredonia
Classi Coinvolte 10 classi di 1^ media e una classe 3^ Elementare

ASD Atletica Padre Pio S.G.R. San Giovanni Rotondo, Italia

Istruttore sportivo
01/2014 – Attuale
Responsabile Legale dell'ASD Atletica Padre Pio
Responsabile Settore Giovanile
Istruttore FIDAL di 1^ Livello di Atletica Leggera

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

12/03/2026 – 12/03/2026 Webinar, Italia

Le competenze del Tecnico di Atletica Leggera e L'attività Promozionale Giovanile Federazione Italiana di Atletica Leggera - FIDAL TOSCANA

Sito Internet www.fidal.it

12/03/2026 – 12/03/2026 Webinar

Le Competenze del Tecnico di Atletica Leggera che si occupa di attività promozionale giovanile Comitato Regionale Fidal Piemonte

Sito Internet www.fidal.it | **Campo di studio** Programmi e qualifiche generali

09/03/2026 – 09/03/2026 Webinar, Italia

Esperienze di Allenamento con: Eloisa Coiro FIDAL COMITATO REGIONALE LOMBARDO SETTORE TECNICO

Sito Internet www.fidal.it

29/11/2025 – 29/11/2025 BARI, Italia

L'Allenamento della Ritmica e della Tecnica nella Corsa con Ostacoli FIDAL CENTRO STUDI E RICERCHE

Sito Internet www.fidal.it | **Campo di studio** Competenze e Sviluppo | **Tipo di crediti** Crediti per Istuttore

13/01/2024 – 13/01/2024

RunCar Young e Porte Aperte allo Sport: Comunicazione in Ambito Sportivo tra Giovani Atleti, Allenatori, Docenti FIDAL Centro Studi e Ricerche

11/12/2023 – 11/12/2023 Webinar, Italia

Cammina Corri Salta e Lancia FIDAL Centro Studi e Ricerche - C.R. FIDAL PIEMONTE

21/11/2023 – 06/12/2023 Foggia, Italia

Giudice di Gara Ausiliario Comitato Regionale FIDAL Puglia

11/11/2023 – 12/11/2023

RunCard Silver: Senior in Movimento FIDAL Centro Studi e Ricerche

16/10/2023 – 16/10/2023 Webinar, Italia

Allenamento della Velocità per la Categoria Cadetti Comitato Regionale FIDAL Toscana

21/09/2023 – 21/09/2023 Webinar, Italia

Allenamento della Forza per la Categoria Cadetti Comitato Regionale FIDAL Toscana

11/07/2023 – 11/07/2023 Webinar, Italia

Sviluppo dell'Atleta sul lungo periodo il modello di Jean Coté Comitato Regionale FIDAL Toscana

28/06/2023 – 28/06/2023 Webinar, Italia

Biomeccanica del Salto in Alto - Rincorsa e Stacco - High Jump -- Biomechanic: Run-Up and Take Off. Comitato Regionale FIDAL Lazio

08/2022 – 15/05/2023 BARI, Italia

Istruttore FIDAL FEDERAZIONE DI ATLETICA LEGGERA

COMPETENZE LINGUISTICHE

LINGUA MADRE: ITALIANO

Altre lingue:

INGLESE

Ascolto A1	**Produzione orale** A1
Lettura A1	**Interazione orale** A1
Scrittura A1	

Livelli: A1 e A2: Livello elementare B1 e B2: Livello intermedio C1 e C2: Livello avanzato

COMPETENZE

Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc) | Gestione autonoma della posta e-mail | Windows | Google

QUALIFICHE TECNICHE E FEDERALI

Giudice di Gara Regionale (G.G.G. FIDAL) ... in Corso di Formazione

- **Coordinamento Tecnico:** Capacità di ricoprire ruoli di responsabilità come **Capo Giudice** nei concorsi (salti/lanci) o nelle partenze, coordinando le giurie di campo.
- **Gestione Manifestazioni Complesse:** Competenza nella gestione di campionati regionali e meeting nazionali, con supervisione delle procedure di omologazione dei risultati.
- **Utilizzo Strumentazioni Avanzate:** Conoscenza dei sistemi di misurazione elettronica (EDM/VDM) e collaborazione con i servizi di cronometraggio e fotofinitura.
- **Applicazione del Regolamento (RTI):** Capacità di interpretare e applicare le norme internazionali in situazioni di gara complesse (reclami, ammonizioni, squalifiche).

ATTUALE

Allenatore di Atletica Leggera (2° Livello SNAQ) – In corso di formazione

metodologia dell'allenamento specialistico

- **Specializzazione Tecnica:** Approfondimento della biomeccanica e della tecnica esecutiva avanzata nelle macro-aree (Corse/Ostacoli, Salti, Lanci o Prove Multiple).
- **Programmazione dell'Allenamento:** Capacità di strutturare piani di allenamento annuali (periodizzazione) per le categorie Allievi, Juniores e Promesse.
- **Analisi della Prestazione:** Utilizzo di test da campo e strumenti di valutazione per il monitoraggio dei carichi e della condizione atletica.
- **Fisiologia Applicata:** Conoscenza approfondita dei meccanismi energetici e dei processi di recupero specifici per l'atleta agonista.

21/11/2023 – 06/12/2023

[2023] – Giudice di Gara Provinciale (GGG FIDAL) - GGG FOGGIA

- Conoscenze sul Regolamento Tecnico Internazionale (RTI).
- Addetto alla gestione e supervisione dei concorsi (Salti/Lanci) e delle corse in manifestazioni giovanili e assolute.
- Frequenza periodica ai seminari di aggiornamento tecnico-normativo del comitato regionale.

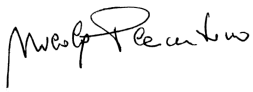
08/2022 – 15/05/2023

(2023) ISTRUTTORE DI ATLETICA LEGGERA (1ì LIVELLO FIDAL/SNAQ) - FIDAL Puglia

- **Metodologia dell'insegnamento:** Didattica applicata agli schemi motori di base (Camminare, Correre, Saltare, Lanciare).
- **Ambito d'intervento:** Formazione tecnico-sportiva per le categorie Esordienti, Ragazzi e Cadetti (fascia 6-15 anni).
- **Competenze trasversali:** Fondamenti di biologia, psicopedagogia dello sport e primo soccorso sportivo.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".

San Giovanni Rotondo, 29/09/2026



Nicola Placentino