



Alberto Di Gaetano

📍 81030, pinetamare-Castel Valturmo
 📞 3663886616
 ✉ albertopersonal82@gmail.com

Profilo Professionale

Dopo anni di lavoro , ho coronato il sogno di creare la mia azienda ed essere imprenditore nel mondo del fitness

Capacità E Competenze

- Esercizi di crossfit
- Fondamenti di nutrizione sportiva
- Principi di allenamento aerobico e anaerobico
- Nozioni di anatomia

Esperienze Lavorative E Professionali

07.2019 - Attuale

Personal trainer

Bite personal Training - pinetamare-Castel Valturmo

- Sviluppo e gestione del network di connessioni [\[Settore\]](#).
- Analisi delle tendenze di settore e di mercato per lo sviluppo di approcci innovativi e performanti.
- Gestione del budget e di eventuali riorganizzazioni di carattere amministrativo.
- Supervisione all'esecuzione delle attività e al rispetto delle procedure aziendali.
- Creazione e implementazione di strategie per l'ottimizzazione dei profitti.
- Ricerca e selezione di collaborazioni, partnership e fornitori.
- Definizione, adattamento e verifica dell'applicazione e dell'osservanza dei piani di sicurezza.
- Sviluppo e gestione di programmi di formazione e sviluppo per migliorare le competenze del personale.

07.2007 - 07.2019

Personal trainer

odyssey sport center - spagna

- Modifica e adeguamento degli allenamenti in caso di difficoltà del cliente.
- Supervisione della corretta esecuzione degli esercizi e correzione di eventuali errori.
- Pianificazione di esercizi di rieducazione mirati al recupero del tono muscolare e della mobilità.
- Redazione di schede personalizzate di riscaldamento, allenamento e stretching.
- Dimostrazione dell'uso dell'attrezzatura e degli esercizi a corpo libero e a circuito.
- Creazione di programmi di esercizi con l'impiego di macchine isotoniche e cavi e pesi liberi.
- Predisposizione di esercizi di bodybuilding, postura e sforzo utilizzando pesi, manubri e bilancieri.
- Preparazione dei macchinari da sala e spiegazione degli esercizi e della postura da adottare.
- Svolgimento di sedute di allenamento individuali e di gruppo presso il domicilio del cliente e/o all'aperto.
- Accompagnamento dei clienti all'interno di parchi e giardini per l'effettuazione di attività aerobica.
- Supporto attivo al cliente nell'esecuzione sicura degli esercizi di fitness, tenendo conto delle limitazioni fisiche individuali.
- Proposta ai clienti di promozioni e offerte presenti all'interno del centro fitness, favorendo l'incremento degli iscritti.