



## Curriculum Vitae Europass

### Informazioni personali

Cognome / Nome **Petri Cristian**  
Indirizzo Adriano Cecioni n.119  
50142 Firenze (Firenze)  
Telefono 055 7 1 1 6 0 8 Cellulare | 3 3 9 8 6 3 4 4 2 3  
E-mail cristian.petri25@gmail.com ; PEC: cristian.petri@biologo.onb.it  
Cittadinanza Italiana  
Data di nascita 25 novembre 1988  
Sesso Maschile

<b>Settore professionale</b>		<b>Settore Nutrizionale Sportivo</b>
Date	1 Gennaio 2017 →	
Lavoro o posizione ricoperti	Biologo nutrizionista	
Principale attività e responsabilità	Responsabile dell'alimentazione della selezione Under 21, dell'analisi della composizione corporea e stato d'idratazione, attraverso l'utilizzo di strumentazioni quali plicometria (Holtain) e bioimpedenziometria (BIA 101 Sport's Edition – Akern). Elaborazioni di menù in base alla programmazione degli allenamenti e partite durante gli impegni della selezione. Elaborazioni di menù personalizzati in base alle esigenze individuali.	
Nome e indirizzo del datore di lavoro	F.I.G.C. Federazione Italiana Giuoco Calcio, Via Gregorio Allegri, 14 00198 Roma	
Tipo di attività o settore	Attività sportiva, sport di squadra	
Date	1 Settembre 2016 →	
Lavoro o posizione ricoperti	Biologo nutrizionista	
Principale attività e responsabilità	Responsabile del progetto "La medicina dello sport a supporto dei sistemi di sorveglianza regionali". (cod. 15ORAN). Responsabile della valutazione dello stato di nutrizione antropometrico, stato di idratazione e nutrizione in giovani arruolati per le visite di idoneità sportive.	
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Azienda Ospedaliero Universitaria Careggi, Via delle Oblate 5, presso Medicina dello Sport.	
Tipo di attività o settore	Medicina dello sport.	
Date	Settembre 2015 →	
Lavoro o posizione ricoperti	Biologo Nutrizionista	
Principale attività e responsabilità	Responsabile dell'alimentazione della prima squadra, dell'analisi della composizione corporea e stato d'idratazione, attraverso l'utilizzo di strumentazioni quali plicometria (Holtain), bioimpedenziometria (BIA 101 Sport's Edition – Akern) e DEXA ("Hologic QDR. 4500/A DXA"). Elaborazioni di menù settimanali in base alla programmazione degli allenamenti. Elaborazioni di menù personalizzati in base alle esigenze individuali.	
Nome e indirizzo del datore di lavoro	ACF Fiorentina S.p.A., Viale Manfredo Fanti n.4, 50137, Firenze.	
Tipo di attività o settore	Attività sportiva, sport di squadra	
Date	16 Agosto 2015 - Dicembre 2015	
Lavoro o posizione ricoperti	Collaboratore esterno come libero professionista	
Principale attività e responsabilità	Responsabile dell'analisi della composizione corporea e stato d'idratazione, attraverso l'utilizzo di strumentazioni quali plicometria (Holtain), bioimpedenziometria (BIA 101 Sport's Edition – Akern); elaborazione di schemi dietetici personali per gli atleti.	
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Virtus Pallacanestro Bologna, Via dell'Arcoveggio 49/2, 40129 Bologna, Italia.	
Tipo di attività o settore	Attività sportiva, sport di squadra	

Date	Ottobre 2014 - Dicembre 2015
Lavoro o posizione ricoperti	Collaboratore esterno come libero professionista
Principali attività e responsabilità	Responsabile dell'analisi della composizione corporea e stato d'idratazione, attraverso l'utilizzo di strumentazioni quali plicometria (Holtain) e bioimpedenziometria (BIA 101 Sport's Edition – Akern); elaborazione dei dati analizzati attraverso Microsoft Excel.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	A.S.D. Match Ball Firenze Country Club - Via della Massa,40, Loc.Candeli;50012-Bagno a Ripoli (Fi).
Tipo di attività o settore	Settore sportivo, sport individuale.
Date	Ottobre 2013 →
Lavoro o posizione ricoperti	Attività di nutrizione sportiva
Principali attività e responsabilità	Analisi della composizione corporea ed indice di idratazione, attraverso l'utilizzo di strumentazioni plicometria (Holtain) e bioimpedenziometria (BIA - Akern). Elaborazione di schemi dietetici personali.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	"Centro di Valutazione Fisica e Riatletizzazione" presso Misericordia Sesto Fiorentino, Piazza San Francesco 37/39, 50019 Sesto Fiorentino (Firenze), Italia.
Tipo di attività o settore	Nutrizionista.
Date	Ottobre 2013 -->
Lavoro o posizione ricoperti	Nutrizionista.
Principali attività e responsabilità	Analisi della composizione corporea ed indice di idratazione, attraverso l'utilizzo di strumentazioni plicometria (Holtain) e bioimpedenziometria (BIA - Akern). Elaborazione di schemi dietetici personali.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Poliambulatorio "Centro Zen", Via Niccolò Paganini, 28, 50127 Firenze.
Tipo di attività o settore	Attività di nutrizione sportiva.
Date	22 Luglio 2013 - Giugno 2015
Lavoro o posizione ricoperti	Collaboratore esterno come libero professionista
Principale attività e responsabilità	Responsabile dell'analisi della composizione corporea e stato d' idratazione, attraverso l'utilizzo di strumentazioni quali plicometria (Holtain), bioimpedenziometria (BIA 101 Sport's Edition – Akern) e densitometro per analisi urine (Atago PAL-10S Digital Pocket Urine Specific Gravity Refractometer); elaborazione di schemi dietetici personali per gli atleti; organizzazione pasti per le trasferte nazionali ed internazionali. Elaborazione dei dati analizzati attraverso Microsoft Excel. Nella Stagione 2013 2014 ha concluso il Campionato "Eccellenza" alla 2° posizione, perdendo successivamente la finale scudetto. Nella Stagione 2014-2015 la squadra ha vinto il Campionato "Eccellenza", perdendo la finale scudetto.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Rugby Rovigo Delta, Viale Alfieri 46, 40500 Rovigo, Italia.
Tipo di attività o settore	Attività di nutrizione sportiva
Date	3 Maggio 2014 - 30 Giugno 2015
Lavoro o posizione ricoperti	Stagista
Principale attività e responsabilità	Responsabile della valutazione dello stato di nutrizione. Analisi della composizione corporea ed indice di idratazione, attraverso l'utilizzo di strumentazioni quali plicometria (Holtain), bioimpedenziometria (BIA 101 Sport's Edition – Akern) e DEXA (Dual Energy X-ray Absorptiometry) "Hologic QDR. 4500/A DXA"; elaborazione di schemi dietetici personali per sportivi, amatoriali e professionisti, e popolazione generale. Attività di ricerca.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Azienda Ospedaliero Universitaria Careggi, Agenzia di Medicina dello Sport e dell'Esercizio,
Tipo di attività o settore	Attività di nutrizione sportiva, ricerca.
Date	Luglio 2013 - Maggio 2014
Lavoro o posizione ricoperti	Collaboratore esterno come libero professionista
Principale attività e responsabilità	Responsabile dell'analisi della composizione corporea, ed indice di idratazione, attraverso l'utilizzo di strumentazioni quali plicometria (Holtain) e bioimpedenziometria (BIA 101 Sport's Edition – Akern); elaborazione dei dati analizzati.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	U.S. Poggibonsi s.r.l., Viale Marconi 105, 53036 Poggibonsi (Siena), Italia.
Tipo di attività o settore	Attività sportiva sport di squadra

Date	21 Agosto 2011 – 30 Giugno 2013
Lavoro o posizione ricoperti	Preparatore atletico
Principale attività e responsabilità	Preparazione fisica. Il 20 Maggio 2012, al termine del Campionato, la squadra si è classificata nella 1° posizione vincendo il Campionato di Terza Categoria.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	U.P.D. Isolotto, Via Pio Fedi 7, 50142 Firenze
Tipo di attività o settore	Attività sportiva sport di squadra
Date	07 Novembre 2011- Dicembre 2013
Lavoro o posizione ricoperti	Attività di sala pesi e Personal Trainer
Principali attività e responsabilità	Lavoro di sala attrezzi generale, e attività di personal trainer, con la capacità di utilizzo di attrezzature e programmi specifici per l'allenamento individuale e collettivo.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Palestra Stilnuovo s.p.d.r.l. via G. Carducci n° 20, 50121
Tipo di attività o settore	Palestra, Fitness
Date	Settembre 2010 – Febbraio2011
Lavoro o posizione ricoperti	Organizzazione di eventi
Principali attività e responsabilità	Organizzazione di feste e tornei sportivi. Nelle feste organizzate ero responsabile nella somministrazione delle bevande. Cameriere, responsabile di sala.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Valencia (Spagna)
Tipo di attività o settore	Attività artistiche, di intrattenimento e divertimento
Date	Maggio 2009 - Settembre 2011
Lavoro o posizione ricoperti	Responsabile di sala, aiuto cuoco.
Principali attività e responsabilità	Aiuto cuoco in generale. Per quel che concerne il lavoro in sala : organizzazione della sala, prendere le ordinazioni, servire ai tavoli.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	50100 Firenze (Italia)
Tipo di attività o settore	Servizi di ristorazione
Date	Giugno 2006 - Luglio2006
Lavoro o posizione ricoperti	Cuoco
Principali attività e responsabilità	Responsabile della cucina e degli ordini della spesa,incaricato alla creazione del Menù, alla rimanenza di magazzino, al mantenimento della pulizia all'interno della Cucina.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Ortisei (BZ) (Italia)
Tipo di attività o settore	Servizi di alloggio e di ristorazione
Date	Giugno 2005 - Luglio2005
Lavoro o posizione ricoperti	Cuoco
Principali attività e responsabilità	Responsabile della cucina e degli ordini della spesa,incaricato alla creazione del Menù, alla rimanenza di magazzino, al mantenimento della pulizia all'interno della Cucina.
Nome indirizzo datore di lavoro	Ortisei (BZ) (Italia)
Tipo di attività o settore	Servizi di alloggio e di ristorazione

## Istruzione e formazione

Date	30 Gennaio 2014
Titolo della qualifica rilasciata	Abilitazione all'esercizio della professione di Biologo
Principali competenze professionali acquisite	Visto il mio percorso formativo le maggiori competenze acquisite riguardanti il campo della biologia sono indirizzate nel mondo dell'alimentazione della nutrizione umana.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Ordine Nazionale dei Biologi
Livello nella classificazione	Nazionale
Date	12 Ottobre 2013 - 18 Aprile 2015
Titolo della qualifica rilasciata	Master nazionale dalla durata di 2 anni certificato da SINSeB (Società Italiana di Nutrizione e Sport), I.S.S.N. ( International Society of Sport Nutrition) e da C.I.S.S.N. (Certificate of International Society of Sport Nutrition).
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Con il suddetto Master ho affinato maggiormente le mie competenze, dal punto di vista pratico, in ambito sportivo nutrizionale riuscendo cos' ad indirizzare al meglio soggetti che praticano attività fisica e/o atleti professionisti ad un'equilibrata e sana alimentazione durante le fasi di allenamento e durante le fasi che precedono, e seguono, la gara. Votazione finale 84/100.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Sa.N.I.S. – Scuola di Nutrizione ed Integrazione nello Sport -
Livello nella classificazione	Master Internazionale
Date	Ottobre 2011 – 22 Ottobre 2013
Titolo della qualifica rilasciata	Corso di Laurea Specialistica Magistrale in: Scienze Dell'Alimentazione e Nutrizione Umana (Classe LM - 61)
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	il CdLM in SANU si svolge nelle Facoltà di Medicina e Chirurgia, Farmacia e Agraria e rilascia come titolo la Laurea Magistrale. Il titolo della tesi sperimentale discussa è stato: " <i>Valutazione dello stato di nutrizione di calciatori professionisti</i> " che ha portato ad un voto finale di 106/110.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Università Degli Studi di Perugia (Corso di Laurea Magistrale (CdLM) Borgo 20 Giugno, Perugia (Italia)
Livello nella classificazione	Internazionale
Date	18 Febbraio 2012
Titolo della qualifica rilasciata	Functional Soccer Training Clinic Expert Level
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Nel corso sono state trattati esempi di sedute di allenamento funzionale ed esempi di programmazione per l'applicazione di un lavoro specifico in una stagione agonistica calcistica.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Elav e A.I.P.A.C. (Attestato di partecipazione) Firenze (Italia)
Livello nella classificazione	Nazionale
Date	10 Dicembre 2011 - 10 Dicembre 2011
Titolo della qualifica rilasciata	Attestato di Corso Avanzato TRX Suspension Training Course
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Nell'intera giornata sono stati trattati esempi di allenamenti specifici con TRX per vari atleti.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione	Elav Alta Formazione e Sport (Sportivo)
Livello nella classificazione	Nazionale

Date	30 Settembre 2008 - 30 Settembre 2011
Titolo della qualifica rilasciata	Corso di Laurea in Scienze Motorie (Classe 33)
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Oltre alle competenze acquisite attraverso le materie scientifiche, di fondamentale importanza sono state le partecipazioni a corsi pratici, concludendo il percorso con la discussione della Tesi conseguendo un punteggio di 110/110.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Facoltà di Medicina e Chirurgia presso l'Università Degli Studi di Firenze (Corso di Laurea Triennale) 50100 Firenze (Italia)
Livello classificazione	Internazionale
Date	23 Settembre 2010 - 04 Febbraio
Titolo della qualifica rilasciata	2011 Programma LLP / Erasmus
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Ho svolto esami in : " Actividad Fisica y Deporte Adaptado" ; "Actividad Fisica y Salud" ; "Estadística"; inoltre ho seguito altri corsi, a scopo mio personale, quali: "Prevencion y Intervencion en Lesiones Deportivas" ; Biomecànica De La Actividad Fisica" ; "Fisiologia de el Deporte".
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Universidad Católica de Valencia " San Vicente Martir" (Universidad) Valencia (Spagna)
Livello nella classificazione	Classificazione Europea
Date	23 Maggio 2009 - 23 Maggio 2009
Titolo della qualifica rilasciata	Attestato di partecipazione Corso A.D.E. Attività didattica formativo di equitazione americana
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Nell'ambito del corso ho imparato tutte le tecniche di preparazione alla monta del cavallo, e le propedeutiche di insegnamento, dal passo al galoppo.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	FITETREC "Federazione Italiana Turismo Equestre Trec" (Comitato Regionale Toscano) 50100 Firenze (Italia)
Date	Settembre 2009 - 05 Novembre 2009
Titolo della qualifica rilasciata	Aggiornamento sulle tecniche di degustazione di vino e olio
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Processi produttivi, composizione di vino e distillati, produzioni olearie; tecniche di degustazione.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Centro studi turistici (Centro studi turistici) Via Piemonte n°7, 50100 Firenze (Italia)
Livello nella classificazione	Nazionale
Date	05 Luglio 2007 - 05 Luglio 2007
Titolo della qualifica rilasciata	Tecnico dei servizi della Ristorazione
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Oltre alla competenze apprese con la normale istruzione, ho acquisito conoscenze nell'ambito della ristorazione.
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	I.P .S.S.A.R. Aurelio Saffi (Istituto Alberghiero), Via A. Del Sarto 6/A, 50100 Firenze (Italia)
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	Validità nell'Unione Europea
Date	03 Novembre 2005 - 04 Giugno 2007
Titolo della qualifica rilasciata	Attestato di specializzazione in operatore ai servizi di cucina
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Informatica: usare programmi di videoscrittura e calcolo. Antropologia culturale; Relazioni umane, rapporti con clientela, elementi di sociologia e psicologia: sviluppare capacità intuitive e comunicative, gestire contatti con clientela nazionale e internazionale. Conversazione in ambito professionale in lingua straniera; Tecnica di cucina/pasticceria; Normativa HACCP, legge 626/94; Marketing: comunicazione grafica e visiva del prodotto
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Istituto Professionale Alberghiero A.Saffi (Istituto Alberghiero), Via A. Del Sarto 6/a, 50100 Firenze (Italia)

Livello nella classificazione

Livello europeo di formazione II° rilasciato dal suddetto istituto

## Capacità e competenze personali

Madrelingua

**Italiano**

Altre lingue

Autovalutazione

Livello europeo (\*)

**Spagnolo**

**Inglese**

**Francese**

Comprensione				Parlato				Scritto	
Ascolto		Letture		Interazione orale		Produzione orale			
C1	Utente avanzato	C1	Utente avanzato	C1	Utente avanzato	C1	Utente avanzato	C1	Utente avanzato
B1	Utente autonomo	B1	Utente autonomo	A2	Utente base	A2	Utente base	B1	Utente autonomo
A1	Utente base	A1	Utente base	A1	Utente base	A1	Utente base	A1	Utente base

(\*) [Quadro comune europeo di riferimento per le lingue](#)

Capacità e competenze organizzative

Capacità di coordinazione di un gruppo di persone derivata dalle esperienze personali in generale;

Capacità e competenze tecniche

Analisi della composizione corporea attraverso metodiche: impedenziometria "BIA AKERN 101Sport Edition" per l'analisi totale e distrettuale del corpo, Plicometria (plicometro Holtain e Harpenden) e DEXA (Dual Energy X-ray Absorptiometry) "Hologic QDR. 4500/A DXA" .

Analisi urine attraverso densitometro (Atago PAL-10S Digital Pocket Urine Specific Gravity Refractometer); Capacità di utilizzo di attrezzature per l'allenamento sportivo quali "Sensor Free Power Polar" per la valutazione della forza muscolare e velocità media, "Polar Team2 Pro" e "Sistema di Telemetria cardiaca HOSAND TM 200" per allenamento in telemetria.

Capacità e competenze informatiche

Nel settore informatico: Windows, MS Office Professional (Word, Excel, Power-Point, Access, Outlook, Front Page), Internet: e-mailing, browsing, tecniche e motori di ricerca.

Capacità e competenze artistiche

Mi piace il Disegno e la scrittura che ho appreso nel corso degli anni scolastici. Per quel che riguarda la Musica ho imparato a suonare il flauto, la tastiera e la chitarra alle scuole medie superiori inferiori.

Altre capacità e competenze

Capacità nel sapermi gestire autonomamente intraprese attraverso l'esperienza di vita/studio all'estero in Spagna e studiando fuori sede. Grazie ad i tirocini Effettuati nella carriera Universitaria, ho acquisito maggiori competenze. Durante il periodo della Laurea magistrale in Scienze Dell'Alimentazione e Nutrizione Umana ho avuto la possibilità di effettuare un tirocinio formativo presso la squadra di calcio "A.C. Perugia" ed uno all'interno dell'Azienda Ospedaliero Universitaria Careggi presso l'Agenzia di Medicina dello Sport e dell'Esercizio, queste esperienze mi hanno permesso di acquisire maggiori competenze nell'ambito della nutrizione applicata allo sport e di affacciarmi al mondo della ricerca. Durante gli anni della Laurea in Scienze Motorie ho invece effettuato un tirocinio presso lo Stadio Ridolfi di Firenze, con Prosperius, dove ho acquisito competenze nel settore della riabilitazione sportiva generale; Inoltre ho avuto l'importanza di effettuare altri tirocini presso la Società di Football Americano Firenze Guelfi e presso la Palestra Klab Firenze, i quali mi hanno insegnato molto nell'ambito dell'allenamento e preparazione sportiva. Nella scuola media superiore, inoltre, ho effettuato Stage formativi presso l' Hotel Helvetia & Bristol e l' Hotel Londra, che mi hanno permesso di imparare un lavoro.

Avvio di startup

- [www.ben-essere.org](http://www.ben-essere.org), (portale, destinato agli atleti, agli istruttori, ai dirigenti delle società e alle famiglie finalizzato alla promozione delle buone pratiche legate a un sano e corretto stile di vita);  
- Progetto "ViverMeglio" presso la Casa di Cura "Villa Donatello" progetto destinato al miglioramento dello stile di vita.

Settore di Interesse, Ricerca e Pratica

Gli interessi di ricerca riguardano la fisiologia, la biochimica e la nutrizione applicata alla performance fisica, con un particolare riguardo sia nella scienza di base dell' esercizio che negli aspetti applicati riguardanti la salute e le prestazioni sportive. Le principali attività di interesse assistenziale e di ricerca sono stati orientati verso l' utilizzo delle metodiche di "Valutazione della composizione corporea" principalmente la bioimpedenziometria e la plicometria che rappresentano due dei metodi più applicati all'interno della Scienza di alimentazione e Nutrizione Umana, nonché della Medicina dello Sport e dell' Esercizio, per la valutazione e lo studio della massa grassa, massa magra e stato d'idratazione in atleti adulti, giovani e adolescenti. In atleti professionisti adulti, giovani e adolescenti stanno proseguendo studi nel contesto della nutrizione applicata alla performance fisica.

Affiliazioni

Membro della American College of Sports Medicine (ACSM) e membro del "Nutrition Interest Group";  
Membro dell' International Society of Sport Nutrition (ISSN);  
Membro della Società Italiana di Medicina dello Sport e dell'Esercizio (SISME).

Patente

A, B

Cristian Petri

