

Curriculum Vitae	
Informazioni personali	
Nome / Cognome	Luca Pastori
Indirizzo	
Cellulare	
E-mail	
Cittadinanza	Italiana
Data di nascita	
Sesso	M
Qualifica professionale	Laurea Magistrale in Scienze E Tecniche Delle Attività Motorie Preventive E Adattate
Data	28-11-2014
Voto	110/110
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Specifica preparazione teorico – pratica in: attività motoria nelle malattie cardiovascolari e respiratorie; elementi di pediatria e metodi per l'attività motoria nell'infanzia; metodi di valutazione motoria ed attitudinale; neurologia e controllo motorio nelle malattie neurologiche; teoria, tecnica e didattica del fitness; elementi di geriatria e metodi per l'attività motoria nell'anziano (con specifici approfondimenti sui protocolli di lavoro riguardanti scompenso cardiaco, diabete mellito, fragilità, sarcopenia e artrosi); attività motoria e sportiva adattata al disabile; malattie dell'apparato locomotore e fisiochinesiterapia (con specifici approfondimenti sui protocolli di lavoro riguardanti la riabilitazione caviglia, ginocchio, anca e spalla); posturologia ed attività motoria preventiva e compensativa (con specifici approfondimenti relativi a cervicalgie, dorsalgie, lombalgie e paramorfismi del rachide).
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano.
Data	26-09-2012
Titolo della qualifica rilasciata	Laurea in Scienze Motorie e dello Sport
Voto	103/110
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Specifica preparazione teorico – pratica in: anatomia umana; biochimica generale e dello sport; teoria e metodologia del movimento umano; teoria, tecnica e didattica degli sport individuali e di squadra; biomeccanica del movimento; endocrinologia e nutrizione umana; fisiologia umana; teoria tecnica didattica attività motoria per l'età evolutiva; teoria, tecnica e didattica delle attività motorie per l'età adulta; fisiologia dello sport e dell'esercizio fisico; medicina dello sport; teoria e metodologia dell'allenamento;

	teoria, tecnica didattica degli sport natatori.
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano
Istruzione e formazione	
Data	Giugno 2009
Titolo della qualifica rilasciata	Diploma Liceo Scientifico (85/100)
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Istituti scolastici superiori "OLGA FIORINI", Liceo Scientifico - Indirizzo Sportivo "Marco Pantani". Busto Arsizio (VA).
Altra formazione	
Data	Giugno 2014
Corso frequentato	Corso Di Teoria e Pratica delle T.c.s. (tecniche complementari e sportive)
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Acquisizione dei principi e delle procedure delle T.c.s.: metodologia scientifica basata sull'ottimizzazione e sul riequilibrio energetico, atta al miglioramento della prestazione sportiva, del recupero funzionale e della prevenzione degli infortuni tipici dell'atleta.
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Prof. Stefano Tirelli. Studio Tirelli – Tecniche Complementari e Posturali Via Galileo Galilei n. 6 Milano – 20124
Data	Maggio 2014
Corso frequentato	Corso ri allenamento e attività fisica post riabilitatoria nell'adulto
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Il corso presenta le basi teoriche e le competenze pratiche per ri-allenare un soggetto nell'immediato periodo post-riabilitativo al fine di potenziarlo muscolarmente e di prevenire eventuali ricadute in situazioni di infortunio. Nello specifico: Ri-allenamento post-trauma alla articolazione TIBIO-TARSICA, GINOCCHIO, ANCA e SPALLA: elenco delle patologie con breve classificazione, carichi di lavoro e protocolli ed esercitazioni pratiche.
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Prof. Claudio Trachelio; Prof. Gustavo Fenaroli; Prof. Fabio Albanese. Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano
Data	Gennaio 2014
Corso frequentato	Back School Programma Toso - Tirocinio di posturologia ed attività motoria preventiva e compensata
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	La Back School si basa sull'eziologia della lombalgia, unisce i contributi della medicina, dell'ergonomia, della psicologia e dell'educazione alla salute per prevenire e curare le algie vertebrali. E' utile per acquisire tutte le informazioni utili per imparare ad usare bene la colonna vertebrale ed evitare di azionare il meccanismo che produce il dolore; conoscere gli esercizi utili per prevenire e combattere il dolore; apprendere le tecniche di rilassamento per raggiungere l'autogestione della propria ansia e delle proprie tensioni; acquisire un atteggiamento di fiducia con la capacità di autogestire la propria colonna vertebrale attraverso un impegno personale.
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Prof. Benedetto Toso. Cusano Milanino, via mortella 6 (MI)

Data	Maggio 2013
Corso frequentato	Corso di Teoria, tecnica e didattica del Metodo Pancafit
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Riequilibrio della postura agendo sulla globalità delle catene; riuscendo a ridare libertà e benessere a tutto il corpo attraverso l'allungamento muscolare globale decompensato.
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Prof. Daniele Raggi. Posturalmed, Via Giuseppe Cuzzi, 2, Milano.
Data	Maggio 2012
Corso frequentato	Valutazione motoria e pianificazione del carico per soggetti normopeso e obesi
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Valutazione motoria del soggetto normopeso e obeso tramite test validati di: composizione corporea; forza; flessibilità e fitness cardiorespiratorio (VO ₂ max) per pianificare il carico di lavoro adeguato alla persona.
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Prof. Christel Galvani. Laboratorio di Fisiologia sperimentale applicata all'esercizio fisico e allo sport dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.
Data	Aprile 2012
Corso frequentato	Allenatore Di Base Di Pallacanestro
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	L'essenza del gioco della pallacanestro, tutti i fondamentali di attacco e difesa coniugati per raggiungere il canestro il più rapidamente e velocemente possibile; l'1c1 essenza del gioco di squadra; la collaborazione a due in attacco come multiplo dell'uno contro uno; la collaborazione a due in difesa come multiplo dell'uno contro uno; la difesa a zona a partire dai principi della difesa individuale e l'attacco alla zona visto come unicum dalla difesa e dal contropiede, l'uso dell'1c1 ed il corretto uso dei fondamentali individuali.
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Prof. Maurizio Mondoni. Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano
Data	Aprile 2011
Corso frequentato	Istruttore Minibasket
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	L'essenza del gioco del Minibasket, sviluppo e consolidamento schemi motori di base; fondamentali individuali di attacco e di difesa; gestione soprannumeri e sotto numeri in varie situazioni di gioco; passaggio dal gioco libero al gioco organizzato.
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Prof. Maurizio Mondoni. Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano
Data	Febbraio 2011
Corso frequentato	Personal Fitness Trainer Corso di Certificazione terzo livello
Principali tematiche/competenze professionali acquisite	Conoscenza delle tecniche di analisi della composizione corporea, unite alla conoscenza delle tecniche di allenamento, all'alimentazione ed all'integrazione corretta.
Erogatrice dell'istruzione e formazione	Prof. Ferdinando Cereda. Via Natale Battaglia, 6 Milano
Esperienza professionale	
Data	Da settembre 2021 ad oggi
Nome e tipo d'organizzazione	Istituto comprensivo San Giulio
Lavoro e posizione ricoperti	Docente di sostegno
Principali attività e responsabilità	
Data	Da settembre 2019 a agosto 2021

Nome e tipo d'organizzazione	Istituto comprensivo del Vergante
Lavoro e posizione ricoperti	Docente di sostegno
Principali attività e responsabilità	
Data	Da settembre 2017 a agosto 2019
Nome e tipo d'organizzazione	Istituto comprensivo San Giulio
Lavoro e posizione ricoperti	Docente di sostegno
Principali attività e responsabilità	
Data	Da settembre 2016 a settembre 2017
Nome e tipo d'organizzazione	ACOF – Istituto Maria Montessori
Lavoro e posizione ricoperti	Insegnante di educazione fisica primaria e secondaria di 1° grado
Principali attività e responsabilità	Gestioni delle sezioni durante il pranzo, ricreazione post-pranzo e attività motoria.
Data	Da settembre 2015 ad luglio 2016
Nome e tipo d'organizzazione	Rehab & Fitness Division di f.lli Forte s.r.l.
Lavoro e posizione ricoperti	Istruttore di sala
Principali attività e responsabilità	Attività motoria nelle malattie cardiovascolari e respiratorie; metodi per l'attività motoria nell'anziano (con specifici approfondimenti sui protocolli di lavoro riguardanti scompenso cardiaco, diabete mellito, fragilità, sarcopenia e artrosi); attività motoria e sportiva adattata al disabile; malattie dell'apparato locomotore e fisiochinesiterapia (con specifici approfondimenti sui protocolli di lavoro riguardanti la riabilitazione caviglia, ginocchio, anca e spalla); posturologia ed attività motoria preventiva e compensativa (con specifici approfondimenti relativi a cervicalgie, dorsalgie, lombalgie e paramorfismi del rachide). Corso di ginnastica dolce e rilassamento. Collaborazione, in sala pesi, con il preparatore atletico squadra pallavolo militante in serie A1 UNENDO YAMAMAY BUSTO ARSIZIO.
Data	Da gennaio 2014 a luglio 2016
Nome e tipo d'organizzazione	Pallacanestro Busto Arsizio - Squadra sportiva dilettantistica
Lavoro e posizione ricoperti	Responsabile Istruttore Minibasket
Principali attività e responsabilità	Gestione di gruppi (massimo 30 bambini) Minibasket dalla scuola dell'infanzia alla quinta elementare. Sviluppo e consolidamento schemi motori di base; fondamentali individuali di attacco e di difesa; gestione soprannumeri e sotto numeri in varie situazioni di gioco; passaggio dal gioco libero al gioco organizzato. Corso di psicomotricità con bambini di 4 – 5 anni per sviluppo e consolidamento degli schemi motori di base attraverso la fabulazione.
Data	Da aprile a giugno 2014; da aprile a maggio 2013; ottobre 2012
Nome e tipo d'organizzazione	Istituti scolastici superiori "OLGA FIORINI" e Liceo Scientifico - Indirizzo Sportivo "Marco Pantani". Busto Arsizio (VA).
Lavoro e posizione ricoperti	Supplente nella materia di Scienze motorie e sportive
Principali attività e responsabilità	Programmazione e realizzazione di attività motoria in palestra, lezioni teoriche e gestione della classe.
Data	Febbraio 2014

Nome e tipo d'organizzazione	Tirocinio di attività motorie nelle malattie cardiovascolari e respiratorie presso Policlinico Universitario Agostino Gemelli, Roma
Lavoro e posizione ricoperti	Tirocinante (40 ore)
Principali attività e responsabilità	Tirocinio svolto in palestra e in ambulatorio specifico nell'attività motoria riguardanti scompenso cardiaco, diabete mellito, fragilità, sarcopenia, artrosi, osteoporosi, patologie rachidee, malattie dell'apparato locomotore e fisiochinesiterapia.
Data	Da giugno a luglio 2013
Nome e tipo d'organizzazione	Tirocinio di metodi di valutazione motoria ed attitudinale presso Laboratorio di Fisiologia sperimentale applicata all'esercizio fisico e allo sport dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano
Lavoro e posizione ricoperti	Tirocinante (2 mesi)
Principali attività e responsabilità	Tirocinio svolto in laboratorio con lo scopo di attuare una ricerca universitaria tramite una batteria di test validati per studiare lo stato di sovrappeso e di buona salute degli individui.
Data	Da marzo a maggio 2013
Nome e tipo d'organizzazione	Tirocinio di teoria, tecnica e didattica del fitness presso Issa Europe, via Natale Battaglia, Milano
Lavoro e posizione ricoperti	Tirocinante (3 mesi)
Principali attività e responsabilità	Tirocinio svolto in palestra con lo scopo di apprendere le tecniche di analisi della composizione corporea, unite alla conoscenza delle tecniche di allenamento, all'alimentazione ed all'integrazione corretta.
Data	Marzo 2013
Nome e tipo d'organizzazione	Tirocinio di neurologia e controllo motorio nelle malattie neurologiche presso Istituto Neurologico Carlo Besta, Milano.
Lavoro e posizione ricoperti	Tirocinante (40 ore)
Principali attività e responsabilità	Tirocinio svolto in palestra specifico nell'attività motoria riguardanti malattie neurologiche e neurodegenerative.
Data	Da gennaio a febbraio 2012
Nome e tipo d'organizzazione	Tirocinio presso gli Istituti scolastici superiori "OLGA FIORINI" e Liceo Scientifico - Indirizzo Sportivo "Marco Pantani". Busto Arsizio (VA).
Lavoro e posizione ricoperti	Tirocinante (2 mesi)
Principali attività e responsabilità	Tirocinio con lo scopo di apprendere come programmare e realizzare l'attività motoria in palestra, le lezioni teoriche e la gestione della classe.
Data	Settembre 2012 a dicembre 2013
Nome e tipo d'organizzazione	Sangiorgese basket
Lavoro e posizione ricoperti	Istruttore Minibasket - preparatore atletico squadra under 14
Principali attività e responsabilità	Sviluppo delle capacità condizionali tramite training ed esercizi mirati alla preparazione fisica nella pallacanestro in una squadra giovanile.
Data	Settembre 2011 a giugno 2012
Nome e tipo d'organizzazione	Pallacanestro Cuoricino Cardano
Lavoro e posizione ricoperti	Istruttore Minibasket – Capo allenatore categoria under 15 – progetto all'avviamento motorio del Minibasket nelle scuole primarie – progetto Minibasket “dopo scuola”.
Principali attività e responsabilità	Gestione di gruppi (massimo 30 bambini) Minibasket dalla scuola dell'infanzia alla quinta elementare. Sviluppo e consolidamento schemi motori di base; fondamentali individuali di attacco e di

	difesa; gestione soprannumeri e sotto numeri in varie situazioni di gioco; passaggio dal gioco libero al gioco organizzato.
Data	Ottobre 2011 a marzo 2012
Nome e tipo d'organizzazione	Palestra Garden Gym Di Amedeo Giancarlo
Lavoro e posizione ricoperti	Istruttore in sala pesi – personal trainer
Principali attività e responsabilità	Analisi della composizione corporea, unite alla conoscenza delle tecniche di allenamento, all'alimentazione ed all'integrazione corretta. Valutazione motoria del soggetto normopeso e obeso tramite test validati di: composizione corporea; forza; flessibilità e fitness cardiorespiratorio (VO ₂ max) per pianificare il carico di lavoro adeguato alla persona.
Data	Da settembre 2010 a giugno 2011
Nome e tipo d'organizzazione	Pallacanestro Olimpia Busto Arsizio
Lavoro e posizione ricoperti	Istruttore e responsabile Minibasket
Principali attività e responsabilità	Gestione di gruppi; ruolo di responsabilità nel programmare, gestire e attuare.
Data	Da settembre 2009 a giugno 2012
Nome e tipo d'organizzazione	Pallacanestro Cuoricino Cardano
Lavoro e posizione ricoperti	Progetto all'avviamento motorio del Minibasket nelle scuole primarie
Principali attività e responsabilità	Gestione di gruppi (massimo 30 bambini) Minibasket dalla scuola dell'infanzia alla quinta elementare. Sviluppo e consolidamento schemi motori di base; fondamentali individuali di attacco e di difesa; gestione soprannumeri e sotto numeri in varie situazioni di gioco; passaggio dal gioco libero al gioco organizzato.
Data	Da settembre 2007 a giugno 2009
Nome e tipo d'organizzazione	Pallacanestro ARDOR Busto Arsizio
Lavoro e posizione ricoperti	Allievo Istruttore Minibasket
Principali attività e responsabilità	Gestione di gruppi (massimo 30 bambini) Minibasket dalla scuola dell'infanzia alla quinta elementare. Sviluppo e consolidamento schemi motori di base; fondamentali individuali di attacco e di difesa; gestione soprannumeri e sotto numeri in varie situazioni di gioco; passaggio dal gioco libero al gioco organizzato.
Attestati/riconoscimenti e corsi di formazione	
Data	Giugno 2012
Attestato di frequenza/ riconoscimento	Attestato di partecipazione
Titolo	Primo soccorso BLS (4 ore)
Principali contenuti del corso	Acquisizione della tecnica di primo soccorso che comprende la rianimazione cardiopolmonare ed una sequenza di azioni di supporto di base alle funzioni vitali.
Rilasciato da	Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.

Capacità e competenze personali								
Madrelingua	Italiana							
Autovalutazione		Comprensione			Parlato		Scritto	
		Ascolto	Letture	Interazione orale	Produzione orale			
Inglese		Buono	Buona	Buono	Buona			Buono
Spagnolo		Buono	Buona	Buono	Buona			Buono
Capacità e competenze sociali	Buona capacità di lavorare in gruppo, rispetto delle competenze e delle professionalità dei colleghi.							
Capacità e competenze organizzative	Ottime capacità di relazione con i colleghi e con i clienti, sviluppate e consolidate. Capacità e competenze organizzative.							
Capacità e competenze informatiche	Buona conoscenza del pacchetto Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint), Internet Explorer.							
Patente	In possesso di patente B (automunito)							

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".