

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome

PELUCCHI FABIO

Indirizzo

SEREGNO

Telefono

E-mail

Nazionalità

Italiana

Data di nascita

ESPERIENZA LAVORATIVA

Febbraio 2026 - Presente

**Professore presso Istituto Lorenzo De' Medici – The Italian
International Institute per il corso Sports Nutrition**

Maggio 2025 – Presente

Scrittura articoli in ambito nutrizione per la rivista Runner's World

Dicembre 2024 - Presente

Articolista per divulgazione scientifica presso Gensan S.r.l.

Aprile – Giugno 2024

**MAESTRO NORDIC WALKING presso FONDAZIONE DON GNOCCHI –
ONLUS, Milano, Via Capecelatro 66.**

Mansioni:

- *Insegnamento della tecnica propria del Nordic Walking, all'interno del progetto di ricerca: "Effectiveness of a rehabilitation treatment with Nordic walking in obese and overweight diabetic patients with cardiovascular comorbidities." The VENERE study*

Ottobre 2023 - Presente

**NUTRIZIONISTA SPORTIVO in collaborazione con ULTRA
Track&Field, Giussano, Largo Donatori di Sangue 3**

Mansioni:

- *Lavoro con atleti di Atletica Leggera di livello nazionale e internazionale*
- *Valutazione periodica della composizione corporea e dello stato*

di idratazione tramite plicometria e bioimpedenziometria

- *Programmi alimentari e di integrazione individuali*
- *Programmazione e periodizzazione nutrizionale di lungo periodo in funzione delle gare fondamentali della stagione per ciascun atleta*
- *Programma personalizzato in funzione della logistica e degli orari delle singole gare*

Febbraio 2022 – Giugno 2023

Collaboratore della nutrizionista A.C. Monza, prima squadra e primavera

Mansioni:

- *Valutazione periodica della composizione corporea e dello stato di idratazione tramite plicometria e bioimpedenziometria*
- *Programmi alimentari individuali*
- *Programmazione pasti svolti presso il centro sportivo*
- *Redazione menù da consegnare all'albergo ospitante durante le trasferte*
- *Integrazione personalizzata*

Ottobre 2022 - Presente

NUTRIZIONISTA SPORTIVO presso ENDURANCE ACADEMY, Castano Primo, Piazza Garibaldi 2

Mansioni:

- *Valutazione periodica della composizione corporea e dello stato di idratazione tramite plicometria e bioimpedenziometria*
- *Programmi alimentari individuali*
- *Integrazione personalizzata*

Dicembre 2021 - Dicembre 2022

BIOLOGO NUTRIZIONISTA presso YOUNMEDICAL SRL, Seregno, via San Pietro 14

Settembre 2021 - Presente

NUTRIZIONISTA SPORTIVO presso BST Studio, Giussano, via 4 Novembre 49

Mansioni:

- *Valutazione periodica della composizione corporea e dello stato di idratazione tramite plicometria e bioimpedenziometria*
- *Programmi alimentari individuali*
- *Integrazione personalizzata*

Settembre 2021 - Presente

TECNICO di ATLETICA LEGGERA presso Atletica Albiate

Gennaio 2018 – Giugno 2021

TECNICO di ATLETICA LEGGERA presso ASD Daini Carate Brianza

Aprile – Agosto 2019

Principali mansioni e responsabilità

TIROCINIO CURRICULARE PRESSO Q.I. STUDIO (LISSONE, MB)

Affiancamento a medici dietologi specializzati in nutrizione sportiva

Da Giugno 2019

Nome e indirizzo del datore di lavoro

Principali mansioni e responsabilità

MAESTRO NORDIC WALKING

N.W.A. Nordic Walking Academy Via Santino de Nova 42 - 20831 Seregno (MB)

Corso "base" di Nordic Walking, insegnamento della tecnica di base

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Dicembre 2025

**CERTIFICAZIONE SCUOLA DI NUTRIZIONE SALERNITANA:
"APPROCCIO PRATICO ALL'IMMUNITÀ: DALLA TEORIA ALLA PRATICA"**

2022 - 2024

IOC DIPLOMA IN SPORTS NUTRITION

Settembre 2021

CERTIFICAZIONE SIFA: NUTRIZIONE DI BASE, CLINICA E SPORTIVA

Settembre 2020

**ISCRIZIONE PRESSO ALBO DEI BIOLOGI SEZIONE A PREVIO
SUPERAMENTO DELL'ESAME DI STATO, NUMERO DI ISCRIZIONE
AA_086838**

Giugno 2020

**CERTIFICAZIONE SANIS: SCUOLA DI NUTRIZIONE ED
INTEGRAZIONE NELLO SPORT**

Novembre 2019

**LAUREA MAGISTRALE IN SCIENZE DELLA NUTRIZIONE UMANA,
PRESSO UNIVERSITÀ TELEMATICA SAN RAFFAELE DI ROMA, VOTO
110/110 con tesi sperimentale "Effetto sullo stress ossidativo di
un'assunzione di diverse dosi di antiossidanti in atleti master"**

Luglio 2017

**LAUREA TRIENNALE IN SCIENZE MOTORIE, SPORT E SALUTE,
PRESSO UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO, VOTO 110/110 CON
LODE con tesi sperimentale "Effetto dell'allenamento localizzato sulla
funzionalità vascolare"**

2 Ottobre 2016

**MAESTRO NORDIC WALKING PRESSO N.W.A. NORDIC WALKING
ACADEMY-LAINATE**

10 Aprile 2016

**ASPIRANTE MAESTRO NORDIC WALKING PRESSO N.W.A. NORDIC
WALKING ACADEMY-LAINATE**

2016

ISTRUTTORE GINNASTICA POSTURALE ATS

Luglio 2014

MATURITÀ SCIENTIFICA, PRESSO “LICEO SCIENTIFICO E CLASSICO MARIE CURIE”, MEDA, SEZIONE SCIENTIFICO BILINGUE. VOTO 70/100

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

MADRELINGUA

ITALIANA

ALTRE LINGUE

INGLESE: Certificazione B2 First

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

Ottimo

Ottimo

Ottimo

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

TEDESCO

Buono

Elementare

Elementare

CAPACITÀ E COMPETENZE

RELAZIONALI

COLLABORARE CON ALTRE PERSONE DURANTE I CORSI DI ATLETICA LEGGERA, FACENDO ANCHE FRONTE ALL'ETEROGENEITÀ DEI BAMBINI/RAGAZZI PER QUANTO RIGUARDA ATTITUDINE ED ETÀ, DOVENDO ADEGUARE LINGUAGGIO E COMPORTAMENTO AL FINE DEL MIGLIORE APPRENDIMENTO POSSIBILE DELLE VARIE DISCIPLINE.

LAVORARE CON PERSONE DIVERSE PER FISICITÀ, CAPACITÀ DI APPRENDIMENTO E COORDINAZIONE DURANTE LE LEZIONI DI NORDIC WALKING, FACENDO FRONTE ALLE POSSIBILI DIFFICOLTÀ PERSONALI COME PROBLEMI FISICI PRESENTI O PREGRESSI.

OTTIMA CAPACITÀ DI ENTRARE IN EMPATIA COL CLIENTE IN CAMPO NUTRIZIONALE, IN MODO DA POTER FORNIRE IL MIGLIOR SUPPORTO POSSIBILE

CAPACITÀ E COMPETENZE

TECNICHE

UTILIZZO BASILARE DEL COMPUTER PER QUANTO RIGUARDA POWER POINT, WORD, EXCEL

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

SONO UN ATLETA DI ATLETICA LEGGERA, SPECIALITÀ MEZZOFONDO VELOCE, TRAIL, SCI DI FONDO E SKIROLL DOVE PRENDO PARTE A GARE DI COPPA ITALIA, CAMPIONATI ITALIANI LUNGHE DISTANZE E SVOLGO ANNUALMENTE LA GRAN FONDO “MARCIALONGA” DI LIVELLO INTERNAZIONALE SULLA DISTANZA DEI 70 KM. HO PARTECIPATO ALL'EDIZIONE 2024 DELLA “VASALOPPET” IN SVEZIA SUI 90 KM

PATENTE O PATENTI

Patente B