

## CURRICULUM VITAE



### INFORMAZIONI PERSONALI

Nome/Cognome **Niccolò Rocchi**

E-mail **niccolo@affarimmobiliari.it**

Nazionalità Italiana

### COMPETENZE TECNICHE

Istruttore di → Step, Aerobica, Tonificazione (Total Body, GAG, Pump ..)  
→ Pilates Matwork, Stretching, Ginnastica Dolce  
→ AcquaFitness (Acquagym, Acquaerobica)

Formatore di → Fitness Musicale 1° e 2° livello  
Aerobica, Step, Tonificazione

### ESPERIENZA LAVORATIVA

- Nome del datore di lavoro | **B)SIDE**  
VIALE MANFREDO FANTI, 18 - FIRENZE
- Tipo di impiego | ISTRUTTORE DAL 2016
- Nome del datore di lavoro | **OLYMPUS**  
VIA DI RIPOLI, 88 - FIRENZE
- Tipo di impiego | ISTRUTTORE DAL 2015
- Nome del datore di lavoro | **ZODIAC PALESTRE**  
VIA A. GRANDI, 2 – TAVARNUZZE (FI)
- Tipo di impiego | ISTRUTTORE DAL 2014
- Nome del datore di lavoro | **STILNUOVO**  
VIALE DEI MILLE, 41/A - FIRENZE
- Tipo di impiego | ISTRUTTORE DAL 2013
- Nome del datore di lavoro | **CSI PALESTRE**  
VIA DELLA RONDINELLA, 35 - FIRENZE
- Tipo di impiego | ISTRUTTORE DAL 2013

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nome del datore di lavoro</li> <li style="padding-left: 20px;">• Tipo di impiego</li> </ul>	<p><b><u>VIRGIN ACTIVE ROVEZZANO</u></b> VIA GENERALE CARLO ALBERTO DALLA CHIESA, 11 - FIRENZE</p> <p>ISTRUTTORE DAL 2016 AL 2020</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nome del datore di lavoro</li> <li style="padding-left: 20px;">• Tipo di impiego</li> </ul>	<p><b><u>VIRGIN ACTIVE SAN DONATO</u></b> VIA DI NOVOLI, 10 - FIRENZE</p> <p>ISTRUTTORE DAL 2014 AL 2020</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nome del datore di lavoro</li> <li style="padding-left: 20px;">• Tipo di impiego</li> </ul>	<p><b><u>FIT-VILLAGE</u></b> VIA CACCINI 13/A &amp; VIA IL PRATO 40/R - FIRENZE</p> <p>ISTRUTTORE DAL 2013 AL 2016</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nome del datore di lavoro</li> <li style="padding-left: 20px;">• Tipo di impiego</li> </ul>	<p><b><u>PALEXTRA H2O</u></b> VIA GIUSEPPE LA FARINA, 50 - FIRENZE</p> <p>COLLABORAZIONE OCCASIONALE ATTIVA DAL 2015</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nome del datore di lavoro</li> <li style="padding-left: 20px;">• Tipo di impiego</li> </ul>	<p><b><u>CENTRO FITNESS STADIO ARTEMIO FRANCHI</u></b> VIALE NERVI, 6 - FIRENZE</p> <p>COLLABORAZIONE OCCASIONALE ATTIVA DAL 2015</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nome del datore di lavoro</li> <li style="padding-left: 20px;">• Tipo di impiego</li> </ul>	<p><b><u>PALESTRA 4FITNESS</u></b> VIALE HANOI, 14 - PONTASSIEVE (FI)</p> <p>COLLABORAZIONE OCCASIONALE ATTIVA DAL 2013</p>

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

(da – a)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li style="padding-left: 20px;">• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> <li style="padding-left: 40px;">• Qualifica conseguita</li> <li style="padding-left: 40px;">• Altro</li> </ul>	<p>Marzo 2015</p> <p>E.A.A. (European Aquatic Association)</p> <p>Aquagym, Aquaerobica</p> <p><b><u>Diploma di Istruttore di AquaFitness</u></b></p> <p>Docente del corso Manila Luzi</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li style="padding-left: 20px;">• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> <li style="padding-left: 40px;">• Qualifica conseguita</li> <li style="padding-left: 40px;">• Altro</li> </ul>	<p>Dicembre 2014 - Gennaio 2015</p> <p>FIF (Federazione Italiana Fitness)</p> <p>Pre-pilates, Pilates Matwork</p> <p><b><u>Diploma di Istruttore di Pilates Matwork</u></b></p> <p>Votazione 26/30 – Docente del corso Elisabetta Cinelli</p>

- Date (da – a) Marzo 2013 - Maggio 2013
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione FIF (Federazione Italiana Fitness)
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio Step, Aerobica, Tonificazione (Total Body, GAG, RTP)
- Qualifica conseguita **Diploma di Istruttore di Fitness Musicale**
- Altro Votazione 30/30 – Docente del corso Olga Colella

- Date (da – a) Settembre 2006 - Luglio 2011
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Liceo Scientifico “G. Castelnuovo” di Firenze
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio Matematica, Fisica, Biologia, Chimica
- Qualifica conseguita **Diploma di Maturità Scientifica**

## **CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI**

MADRELINGUA ITALIANO

ALTRA LINGUA INGLESE

## **AGGIORNAMENTI PROFESSIONALI - CONVENTION**

### **MASTER DI SPECIALIZZAZIONE IN CHOREOGRAPHY**

DATA: 19/20 DICEMBRE 2015

FORMATORE: **FIF (FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS)**

TEMI TRATTATI: SISTEMI DI COSTRUZIONE COREOGRAFICA DAL PIÙ SEMPLICE AL PIÙ COMPLESSO, INCREMENTO DI STRUTTURA, FRASI INCROCIATE

### **CORSO DI FUNCTIONAL GROUP TRAINING**

DATA: 9/10 MAGGIO 2015

FORMATORE: **4MOVE ACADEMY**

TEMI TRATTATI: TRE DIVERSE MODALITÀ DI LEZIONE ISPIRATE AI SISTEMI DI ALLENAMENTO FUNZIONALE DI ULTIMA GENERAZIONE CON VARIE INTENSITÀ

### **WORKSHOP DI STEP COREOGRAFICO**

DATA: 8 DICEMBRE 2014

FORMATORE: **CARLOS RAMIREZ BARRIONUEVO**

TEMI TRATTATI: METODOLOGIA E PROGRESSIONE DIDATTICA, COSTRUZIONE DI 24 TEMPI, INCREMENTI DI STRUTTURA, CAMBI DIREZIONALI, TAGLI SIMMETRICI E ASIMMETRICI, STEP DOPPIO, STEP VERTICALE, AGGIUNTA DI STILE ALLA COMBINAZIONE COREOGRAFICA

### **MASTER DI SPECIALIZZAZIONE IN TOTAL BODY WORKOUT**

DATA: 29 FEBBRAIO 2014

FORMATORE: **FIF (FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS)**

TEMI TRATTATI: TOTAL BODY EVOLUTION, GAG INTENSITY PROGRESSION, RTP CHALLENGES