

## Roberto Ricupito



Via Val Chisone 26, Roma, RM, 00141

068180852  +393290946509

[robertoricupito90@gmail.com](mailto:robertoricupito90@gmail.com)

Facebook: <http://facebook.com/roberto.ricupito>

Instagram: [robertoricupito\\_ft](https://www.instagram.com/robertoricupito_ft)

Maschio, 19 Aprile 1990, Italia

POSIZIONE PER LA QUALE  
SI CONCORRE  
POSIZIONE RICOPERTA  
OCCUPAZIONE DESIDERATA  
TITOLO DI STUDIO PER LA  
QUALE SI CONCORRE

### Fisioterapista sportivo

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

Sostituire con date (da - a)

---

Founder e fisioterapista presso Restart Physiotherapist 2021-oggi  
Fisioterapista presso Villa Ada World Medicine Roma 2017-2021  
Fisioterapista competizione Brixia Throwdown 12-13 dicembre 2015 per Rocktape  
Fisioterapista competizioni Crossfit Fall Series 5-6 dicembre 2015 per Rocktape  
Fisioterapista piloti Lamborghini evento 8-9 Ottobre autodromo Vallelunga  
Studente fisioterapia al 3<sup>a</sup> anno di corso presso l'azienda ospedaliera **San Camillo Forlanini** aa 2015/2016  
Fisioterapista e Personal trainer presso studio Physioperformance da sett 2015  
Personal Trainer domiciliare 2014/2015  
Preparatore atletico e fisico di pallanuoto per categorie Under 15/17 nazionale presso **A.S Roma Nuoto** stagione 2013-2014 con raggiungimento semifinali nazionali (U17) e finali nazionali (Final Eight U15)  
Preparatore fisico e Atletico per **Black Sharks Capitoli** pallanuoto serie B, under 17 e 15 nazionali presso Salaria Sport Village stagione 2012/2013  
Istruttore nuoto e pallanuoto under 15 regionali presso **Centro Sportivo Italiano** stagione 2007 2008  
Collaboratore organizzazione tornei di calcio a 5 e calcio a 8 per **ASD Roma che gioca** da 2010 a 2012  
Assistente bagnanti presso piscina condominiale stagione 2009 2010

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Sostituire con date (da - a)

**Docente per Fisioscienze per i corsi Riabilitazione del LCA**  
**Docente per Fisioscienze per i corsi Riabilitazione delle tendinopatie dell'arto inferiore**  
**Docente per Fisioscienze per i corsi Riabilitazione delle lesioni muscolari**  
**Docente per Fisioscienze per i corsi Assessment arto inferiore**  
**Collaboratore esterno per ADE sapienza università di Roma**  
**Autore dei libri riabilitazione delle tendinopatie arto inferiore e legamento crociato anteriore**  
**Iscritto Laurea scienza e tecnica dello sport LM68 in corso**  
**Laurea in Fisioterapia**, Sapienza Università di Roma azienda ospedaliera San Camillo Forlanini **Novembre 2016**  
**Corso DNS sport** 19-20 marzo 2016 docente Julia Demekova MPT  
**Partecipazione Smart Tools IASTM** summit Roma 12-13 Marzo 2016  
**Corso FMT Movability Rocktape** docente Massimiliano Febbi gennaio 2016  
**Corso Performance Movement Technique PMT Rocktape** ottobre 2015 docente Massimiliano Febbi  
**Corso Dynamic Tape** 26/settembre/2015 docente Massimiliano Febbi  
**Corso Kinesiology sport taping 19/20 settembre 2015** docente Massimiliano Febbi  
**14<sup>th</sup> SMTS WORLD congress of TENNIS MEDICINE** 8/9 May 15  
**1<sup>^</sup> livello FMS Functional Movement System** Febbraio **2015**, docente Daniele Barbieri  
**VII Gruppo di studio " Clinical expertise in fisioterapia"** 29 Novembre 2014  
**Workshop sul Dolore Femoro Rotuleo**, docente Samuele Passigli  
**29 Novembre 2014**  
**Corso BLSD** presso Croce Rossa Italiana **2013**  
**Corso di II° Livello Istruttore senior pesistica FIPCF** ( Federazione italiana Pesistica ) **2013**  
**Corso I° Livello allenatore Junior pesistica FIPCF** ( Federazione italiana pesistica ) **2012**  
**Laurea triennale con Lode** Università degli studi di Roma Foro Italico ( IUSM )  
**2009 – 2012**  
Liceo Scientifico Statale Amedeo Avogadro **2004 – 2009**

Principali materie di studio:

*Patologia clinica e generale, Neuroanatomia, Anatomia dell'apparato Locomotore, Anatomia Viscerale, Anatomia funzionale dell'apparato Locomotore, Traumatologia sportiva e Riabilitazione Sportiva, Biomeccanica del movimento umano, Riabilitazione funzionale medico sportiva, Biologia e Biochimica, Biologia e Biochimica dello sport, Fisiologia Umana, Fisiologia dello sport, Corso di Preparazione fisica dei giochi sportivi, teoria e metodologia dell'allenamento, Attività motoria preventiva e adattate con cenni di postura e metodo di riabilitazione posturale globale, Medicina dello sport e endocrinologia sportiva, Basi delle attività motorie, Attività evolutiva e per la terza età, Sport natatori, individuali e di squadra, Psicologia dello sport.*

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre **Italiano**

Altre lingue : **Inglese**

COMPRESIONE : <b>BUONA</b>		PARLATO : <b>BUONO</b>		PRODUZIONE SCRITTA <b>BUONA</b>
Ascolto : <b>Buono</b>	Lettura : <b>Buono</b>	Interazione : <b>Buono</b>	Produzione orale : <b>Buono</b>	

Competenze comunicative

- CAPACITÀ DI PUBLIC SPEAKING, CAPACITÀ DI GESTIONE DI GRUPPI DI LAVORO, CAPACITÀ DI INSEGNAMENTO

Competenze organizzative e gestionali

CAPACITÀ DI GESTIONE DI NUMEROSI GRUPPI DI PERSONE IN AMBIENTI E SPAZI DIFFERENTI.  
 COORDINAMENTO DI NUMEROSE E DIVERSE ATTIVITÀ SVOLTE ANCHE CONTEMPORANEAMENTE DOVUTE ALL'ESIGENZE DEI SINGOLI.  
 COMPETENZE ORGANIZZATIVE DI MODULAZIONE E PROGRAMMAZIONE DEI LAVORI IN VIRTÙ DELLE SITUAZIONI, DELLE PREROGATIVE DELL'AMBIENTE, DEGLI IMPREVISTI E OVVIAMENTE DELLE CARATTERISTICHE DEGLI INDIVIDUI.  
 LEADERSHIP OTTENUTE GRAZIE AD ESPERIENZE LAVORATIVE E FORMATIVE

## Competenze professionali

**Riabilitazione ortopedica e sport medicine arto inferiore  
Valutazione e test di ritorno allo sport**

**Tecniche terapia manuale:** Mobilizzazioni con movimento, Manipolazione fasciale, Manipolazioni articolari, Stretching, Massaggio tradizionale, terapia Trigger point

**Sviluppo e programmazione dei programmi riabilitativi dell'arto inferiore**

**CONOSCENZA APPROFONDIRITA DI TUTTE LE MACCHINE ISOTONICHE DA PALESTRA**

**CONOSCENZA APPROFONDIRITA DI TUTTI I MATERIALI DI ALLENAMENTO**

**PROPRIOCETTIVO :** BOSU, MEDUSE, PEDANE BASCULANTI, TAVOLETTA PROPRIOCETTIVA, PEDANE ELASTICHE, FITBALL, CORPO LIBERO, TRX.

**Conoscenza approfondita di materiali di allenamento pesanti :**

Bilancieri, palle mediche , manubri, kettlebell, sandbag

**Conoscenza approfondita in maniera ANATOMICA E BIOMECCANICA di tutti gli esercizi di sala pesi:** esercizi per il recupero e incremento della forza, delle capacità coordinative, per il raggiungimento dell'ipertrofia muscolare, per il dimagrimento, per la prevenzioni di infortuni.

**Conoscenza approfondita metodiche di allenamento metabolico:** per l'incremento della capacità aerobica, della potenza aerobica, per il miglioramento della soglia lattato in acqua e sul campo.

**Conoscenza approfondita di metodiche per il miglioramento delle capacità coordinative:** equilibrio, orientamento spazio temporale, precisione, controllo del corpo, capacità di risposta a stimoli esterni.

**Conoscenza delle principali cause di infortunio a livello**

**osteoarticolare e muscolo tendineo:** conoscenza dei principali progressioni e metodi di recupero della forza, dell'propriocezione e del gesto atletico post-infortunio.

**Conoscenze tecniche per prevenire gli infortuni** più comuni nel modo della preparazione con sovraccarichi

**Conoscenze tecniche esercizi della pesistica olimpica e del powerlifting** ( panca piana, stacco da terra, Squat, slancio e strappo )

## Competenze informatiche

Conoscenze Approfondite del pacchetto Office in particolare : EXCEL, WORD, POWER POINT.

Conoscenza di internet e Social network

Competenza d'uso con Smartphone e tablet

## Patente di guida

Patente B

## Ulteriori informazioni