

## INFORMAZIONI PERSONALI

**Giorgio Borghi**

✉ giorgio.borghi@unito.it

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

05/03/2020–alla data attuale

**Professore a contratto**

Suism - Unito, Torino (Italia)

Docente per il corso di: "Attività motoria: metodologia e storia dell'educazione fisica e dello sport"

09/10/2019–alla data attuale

**Istruttore sala pesi**

4FIT sport &amp; fitness, Cuneo (Italia)

Gestione sala pesi

Programmi di allenamento

Personal trainer

09/2019–alla data attuale

**Assistente preparatore fisico**

Cuneo Granda Volley S.S.D. a R.L., Cuneo (Italia)

Assistenza in sala pesi

Gestione riscaldamento

09/2019–alla data attuale

**Preparatore fisico**

Tennis Comunale Pedona, Borgo San Dalmazzo (Italia)

Programmazione stagione agonistica

Preparazione fisica atleti agonisti e SAT

2016–alla data attuale

**Assistente Universitario**

Università degli Studi di Torino - S.U.I.S.M., Torino (Italia)

Assistenza durante le lezioni del corso universitario Sport di squadra (Pallacanestro) e Chinesiologia

Presentazione lezioni sulla preparazione fisica nella pallacanestro

Presentazione lezioni sulle metodiche di misurazione antropometrica

2017–2019

**Preparatore fisico**

Federazione Italiana Pallacanestro Piemonte, Torino (Italia)

Preparatore fisico per le selezioni giovanili piemontesi

Partecipazione ai tornei di Bulgheroni 2017, Ludecup 2017, TDR 2018

06/2019–08/2019

**Strength and Conditioning intern**

Athletic Evolution, Woburn (Stati Uniti d'America)

Preparazione fisica di atleti di diverse discipline (football, calcio, pallacanestro, lacrosse, baseball) provenienti da high school, college e squadre professionistiche.

Valutazione funzionale

Gestione impianto e attrezzatura

- 08/2018–30/05/2019 **Preparatore fisico pallacanestro**  
Derthona Basket S.S.D. a R.L., Tortona (Italia)  
Preparatore fisico settore giovanile: valutazione funzionale, programmazione e gestione infortuni  
Assistenze preparatore fisico serie A2
- 08/2018–30/05/2019 **Preparatore fisico pallacanestro**  
A.D. Nuova Olympia Basket Voghera, Voghera (Italia)  
Preparazione fisica serie C silver
- 06/2014–09/2018 **Assistente bagnanti**  
Country Club Cuneo A.S.D., Cuneo (Italia)  
Gestione e controllo piano vasca  
Gestione zone adiacenti
- 10/07/2018–10/08/2018 **Tirocinio - Massofisioterapista**  
Istituto della riabilitazione Riba S.p.A., Torino (Italia)  
Massaggio terapeutico  
Utilizzo elettromedicali  
Esercizio terapeutico  
Riatletizzazione
- 09/2016–06/2018 **Preparatore fisico**  
Cuneo Granda Basketball A.S.D., Cuneo (Italia)  
Preparazione fisica serie C silver  
Preparazione fisica giovanili
- 10/2017–01/2018 **Tirocinio - S.U.I.S.M.**  
Liceo Statale E. De Amicis, Cuneo (Italia)  
Assistenza durante le lezioni pratiche e teoriche di educazione fisica  
Esposizione di argomenti teorici e dimostrazioni pratiche alle classi
- 03/2017–06/2017 **Tirocinio - S.U.I.S.M.**  
Centro di Medicina Preventiva e dello Sport, Torino (Italia)  
Esercizio terapeutico  
Riatletizzazione
- 01/09/2015–27/09/2015 **Strength and conditioning observation**  
New York Cosmos, Uniondale, NY (Stati Uniti d'America)

---

**ISTRUZIONE E FORMAZIONE**

- 15/09/2019 **Preparatore fisico 1° Livello**  
Federazione Italiana Tennis, Torino (Italia)

Preparazione fisica fasce di avviamento e pre agonistica

- 21/05/2019 **Certified Strength & Conditioning Specialist**  
 National Strength and Conditioning Association (Stati Uniti d'America)  
 Elementi di nutrizione, preparazione fisica, psicologia dello sport e medicina sportiva
- 21/09/2018 **Diploma triennale in Massofisioterapia**  
 Punto Formazione S.R.L., Foligno (Italia)  
 Tecniche di terapia manuale e strumentale  
 Esercizio terapeutico
- 18/07/2018 **Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche avanzate dello sport**  
 Università degli Studi di Torino, Torino (Italia)  
 Tesi: " Studio della relazione tra antropometria e prestazione sportiva nella pallacanestro maschile di élite: analisi per ruoli e livello"  
 Votazione: 110/110 con lode e dignità di stampa
- 24/06/2017 **Preparatore Fisico Nazionale**  
 Federazione Italiana Pallacanestro, Montecatini Terme (Italia)
- 18/07/2016 **Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive**  
 Università degli Studi di Torino, Torino (Italia)  
 Tesi: "Talent Identification: rapporto tra misure antropometriche e performance nella pallacanestro"  
 Votazione: 110/110 con lode
- 27/07/2014 **Istruttore Nordic Walking**  
 Scuola Italiana Nordic Walking, Cuneo (Italia)
- 07/2013 **Diploma nelle Scienze Sociali ad indirizzo Sportivo**  
 Liceo E. De Amicis, Cuneo (Italia)
- 21/05/2011 **International pool lifeguard**  
 Federazione Italiana Nuoto, Cuneo (Italia)

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Lingue straniere	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	C2	C2	C1	C1	B2
francese	B2	B2	B1	B1	A2

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato  
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue - Scheda per l'autovalutazione

Competenze comunicative	Buone capacità nel comunicare con diversi soggetti, modulando il comportamento in base all'interlocutore con ottime abilità motivazionali. Attitudine al problem solving in piena autonomia Buone abilità in ambito didattico, sia per l'insegnamento nelle scuole secondarie che universitarie.
Competenze organizzative e gestionali	Buone capacità organizzative con attenzione ai dettagli Predisposizione al lavoro in team per la realizzazione di progetti e per il raggiungimento di obiettivi comuni.
Competenze professionali	Capacità nell'elaborazione di programmi di allenamento mirati per ogni soggetto, con competenze nell'effettuare anamnesi approfondite, raccogliendo dati necessari e effettuando test sul cliente. Competenze nella gestione della preparazione fisica e allenamento di squadre di professionisti per tutta la durata della stagione personalizzando esercizi e test in base alle caratteristiche e problematiche di ogni atleta. Gestione di infortuni e capacità nell'elaborazione di programmi per la riabilitazione e riabilitazione di atleti.
Competenze digitali	Conoscenza del pacchetto Office Navigazione su internet Capacità di utilizzo dei motori di ricerca in ambito scientifico
Patente di guida	B

---

**ULTERIORI INFORMAZIONI**

Trattamento dei dati personali	Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all'art. 13 del Regolamento UE 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche con riguardo al trattamento dei dati personali.
--------------------------------	--